

# 本草閣 かわら版

第 98 号

平成19年 4月 25日発行

和薬・漢方の本草閣 本店

〒460-0012 名古屋市中区千代田5-21-17 (JR鶴舞駅西)

TEL (052)241-3388 FAX (052)241-3443

JR中央線・地下鉄 鶴舞駅下車

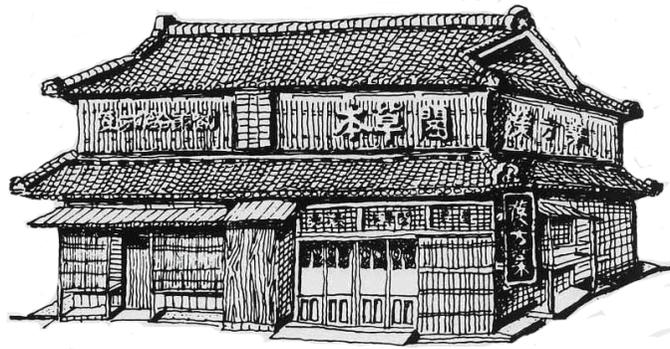
E-Mail kanpouyaku@honsoukaku.co.jp

営業時間 10:00~19:00 定休日 木・日曜

HP <http://www.honsoukaku.co.jp/>

\* H18年より、祝日は営業しております。定休日は木曜・日曜となります。

\* かわら版はメールでの配信も行っております。



和薬・漢方の本草閣 緑店

〒458-0016 名古屋市緑区上旭1-622 (滝の水公園西)

TEL (052)899-0221 FAX (052)899-0236

・名鉄バス 鳴海駅より 滝ノ水口 下車

・地下鉄 野並駅より 市バス (大清水行・太子行)  
滝ノ水公園下車

E-mail midori@honsoukaku.co.jp

営業時間 10:00~19:00 定休日 木・日曜 (祝日は営業) 木・日曜が祝日の場合お休み

HP <http://www.honsoukaku.co.jp/>

## ～民間薬よもやま話～

### 第46回 車前草：オオバコ科 オオバコ属

オオバコは日本各地からアジアに分布する多年生草本であり、路傍雑草の代表格です。

種子（車前子）は漢方薬に配剤され、車前草は専ら民間薬用として用いられます。

名の由来は大きな葉の様子から「大葉子（おおばこ）」。

漢名では、人が通ることによって種子が運ばれ、車のわだちの跡によく生えることから

「車前（しゃぜん）」といいます。

その名の由来から、山で道に迷った時、オオバコを見つけてたどって下りれば、ふもと

に必ずたどり着くと言われていました。

オオバコは咳止め、痰きりとして知られていますが、他にも多くの効能がある薬草です。

胃を丈夫にし、利尿作用もあるので膀胱炎・むくみなどにもとても効果的です。

（今号のテーマである「水」をさばく作用のある薬草です。）

他にも、血液中の余分な塩分を排出してくれるなどの作用もあります。

また、インド産のオオバコの種皮は食物繊維などが豊富に含まれ、水分を含むと数10倍に

ふくれあがりゼラチン質になります。これを服用することにより満腹感が得られ、お腹に

もやさしいことから、ダイエット補助食品として数多くの商品が流通しています。



<オオバコを使用した家紋>

## ～「水」をつかさどる漢方～

漢方医学では、生体は「気」「血」「水」の三つがスムーズに体内を巡ることで心身のバランスが保たれていると考えます。

バランスを崩し、どこかに滞りが生じると体調が悪化し、未病状態になって、さらに進むと病気になると考えます。

高温多湿な環境で暮らす日本人は、「水」が滞りやすい。

そして、我々の身体の中の水分は

受精卵の時……99%が水

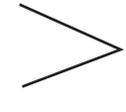
新生児……90%

小児……80%

成人……70%

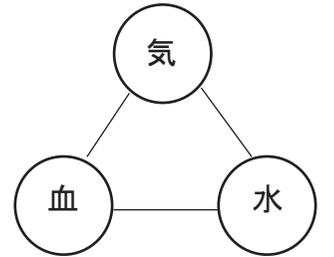
年配者……60%

(50%以下は要注意)



とされています。

生命維持のエネルギー源  
(自律神経の乱れ)



生命活動活性化の調整役  
(ドロドロの血液)

生命を防衛・防御  
(弱った消化器)

身体の半分以上を占める「水」。

内 (内臓)

外 (皮膚) の水分をバランスよく保つ事が大切です。

健康な皮膚には、適度な潤い (保湿) が必要です。

体内では、血液の中に水分が少ないと、ドロドロして詰まりやすく、

水の流れが滞る (余分な水分) と下記のような症状が現れます。

- ・胃内に多いと…胃がスッキリしない 車酔いする
- ゲップが出る 花粉症の原因になる
- 胃内停水 食欲減
- 胃やお腹がチャプチャプ、ゴロゴロ音がする
- ・全身に多いと…水太り (肥満) ・疲れやすい
- ・下肢 (足) などに多いと…むくみ・手足の冷え・セルライト
- ・手足の関節部分に多いと…痛み (関節痛) ・ひざの痛み・こわばりの症状
- ・頭に多いと…耳鳴り・頭痛・頭が重い・めまい・鼻水・クシャミ
- ・顔に多いと…顔のむくみ・たるみ・吹き出物・顔色が悪い

皮膚・内臓・血液…等々に均等にバランス良く水分を蓄え

又、発散するのに漢方薬が役に立ちます。

セルライトができるまで



1 通常の脂肪細胞の大きさは均一で、血液やリンパ液の流れはスムーズ。

2 冷え・むくみなどで老廃物がたまり、脂肪細胞に付着。

3 肥大化した脂肪細胞にさらに老廃物が付着。皮膚表面が凹凸状態に。

漢方によって血と水を改善することで、病気だけではなく、

「アンチエイジング (若返り)」「ダイエット」「美肌」

「アンチセルライト」「足やせ」「デトックス (解毒)」

など美容の面でも身体の内側から自然な美しさを引き出すことができます。

「本草閣かわら版」編集部 編集責任者 川出 [文責 林 豊史朗]