

# 月刊 本草閣 かわら版

5月8日 第136号



発行所 和薬・漢方 本草閣  
「本草閣かわら版」  
二宮 著  
編集 川出

## 漢方で不老不死!?

長い歴史の中で培われてきたものとは

人間が太古の昔から願う永遠の命、不老不死。現代医学が発展してきた昨今、老化を防ぐ遺伝子が見つかり大変注目を集めています。

その名もサーチュイン遺伝子。この遺伝子のスイッチがオンになると、体内の様々な老化が抑えられるというのです! どうやったらこのスイッチがオンになるかというと、いつでも少しお腹のすいた状態にしておいたり、ブドウなどに多く含まれる『レスベラトロール』という栄養素をとったりすることが有効と言われていますが、まだまだその全容は不明な部分が残っています。個人的には早くそのお薬が開発されて飲んでみたいものです。

さて、では漢方薬屋さんでは不老不死、不老長寿のために、どのような事が出来るのでしょうか。先人達の歴史と知恵を皆様にご紹介いたします。

### 秦の始皇帝と、死の恐怖

まずはその歴史から見ていきましょう。

はるか昔、戦乱の中国を統一し、万里の長城を建設した秦の始皇帝。気丈で気性も激しかったと言われていますが、そんな彼も、自然界の摂理である『老化』、そして『死』の前には小さな存在であったようです。始皇帝は不老不死の力を得るべく、部下をはるばる日本まで派遣し、何か良い生薬がないか探させました。その一つが靈芝(レイシ)と言われています。キノコの一つで不死草とも言われており、王朝の間でしか口に出来る事が出なかったと言われている貴重品です。

この靈芝、本草閣では現在でもガンの闘病や健康維持のために顆粒や煎じ薬で飲まれています。高価なものではありませんが、こうして一般の私達にも飲めるようになったのは嬉しいですね。

#### 靈芝の主な働き 薬としての研究成果

- ① 免疫を調節する作用
- ② 抗がん作用
- ③ 動脈硬化、高脂血症を改善する作用
- ④ 睡眠改善など、神経系に対する作用
- ⑤ 肝炎ウイルスに対する抗ウイルス作用
- ⑥ 血糖値を下げる作用



### 水銀と不老不死?

さて、このようにして探され続けた不老不死の妙薬ですが、時代が流れるにつれ、植物などの腐敗してしまうものではなく、その性質が変化しにくい金属、鉱物が永遠の命を連想させました。その一つが水銀です。今では薬などではなくもちろん猛毒ですが、当時は王族らによって愛飲されておりました。そして多くの死を招いたと言われています。始皇帝も不老不死を求め様々な薬を服用したそうですが、結局は49歳という若さでこの世を去りました。一説には水銀の薬を服用したために中毒によって死亡したと言われています。昔はそういった背景もあり、漢方薬の処方の中にも水銀(辰砂)が含まれているものもありましたが、現在ではもちろん含まれていません。

### 現実的な不老長寿

- ① 美を保つ 毎日3粒のクコの実を。中国の美女、楊貴妃の美の秘密
- ② 精力減退 鹿茸大補湯(煎じor丸薬)、海馬補腎丸(丸薬)  
菟糸子(煎じる)、肉従容(煎じる)
- ③ 腰が痛い、おしっこも近い 補腎薬：八味地黄丸、杞菊地黄丸、牛車腎気丸などを常用
- ④ 髪につやがない、細い、こしもない 黒ゴマ、センブリ  
ハトムギ、松の実、白きくらげ
- ⑤ 頭の健康、認知症予防 クルミ、牛黄清心元、抑肝散
- ⑥ 起死回生、滋養強壮の高貴薬 牛黄、牛黄清心元

#### 牛黄清心元とは

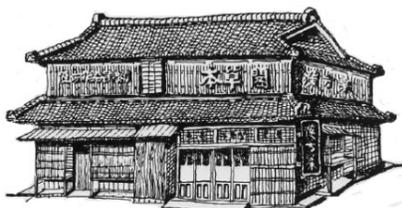
朝鮮の医書「東医宝鑑」に基づき、多機能を持つ秘薬として、歴代の皇帝に愛用された高貴薬でした。麝香、羚羊角、牛黄、麝香など希少な動物生薬をはじめとする25種の生薬を配合。古くから血液循環器系の改善を目的として用いられてきました。



右記の様なものが有名ですね。症状をほっておいてしまおうのではなく、早めに小さな目をつぶすように、日頃から取り入れることがおすすめです。そして次に大切なのは続ける事。高齢の患者さんに健康の秘訣を聞くと、何かしらものを20年、30年と続けていると話してくれます。私も実家に地黄丸、牛黄を少しと、あとは体調に合わせて漢方薬を置いておくようにしています。他にも、両親は毎朝ヨーグルトにクコの実や黒ゴマを入れていたので私もよほど健康かもしれません。皆さんも不老不死とまではいなくても、不老長寿をめざし、何か始められてはいかがでしょうか。

#### 和薬・漢方の本草閣 本店 (鶴舞駅)

〒460-0012 名古屋市中区千代田5-21-17  
TEL (052)241-3388 FAX (052)241-3443  
JR中央線・地下鉄 鶴舞駅下車 徒歩2分



#### 和薬・漢方の本草閣 緑店 (滝の水公園西)

〒458-0016 名古屋市緑区上旭1-622  
TEL (052)899-0221 FAX (052)899-0236  
・名鉄鳴海駅より名鉄バス 滝ノ水口 下車  
・地下鉄  
鳴子北駅から(太子、大高駅行き) 滝ノ水公園下車  
相生山駅から(大清水行き) 滝ノ水公園下車