

四季彩便り

2012・初秋

発行人 光が丘 裕子
サニール 漢方酒見
(092)927-2693

秋の訪れ

朝夕涼しくなつて、ツクツクボウシに代わりコオロギやカマキリなど秋の虫たちが表舞台に登場してきましたね。

野草の観察に出かけた折、地面にまだ青い栗のイガが落ちていて、



頭上には成熟を待ったくさんのイガが初秋の風に揺れていました。

夜には鈴虫の大合唱にも出会いました。

季節が移っていることを彼らはどのようなように知るのでしょいか。

日照時間、気温、風の向きや強さなどなど：・私たち人間の祖先も、大昔にはほかの生き物たちと同じように、全身の感覚を研ぎ澄まし、自然の微妙な変化を感受したのだらうと想像します。

夕方うす暗くなる時間が徐々に早まり、日没の方角がしだいに南へと移っています。

夏至を境に、昼が短くなり夜が長くなるこの季節を中国医学では、陽が極まり陰へと転ずる「陰陽転化」が起こり、陰が盛んになる（陽消陰長）と考えます。

多くの植物が実を結び、収穫の喜びを与えてくれることに感謝する季節でもあります。



伝統薬探訪

石川松石南の精錠



江戸時代末期に製造されて以来、血圧の薬として高い人気を保ち続けているのがこの和漢薬。

赤松の葉を主薬とし、漢方処方「三黄瀉心湯」にキササゲ・木通（アケビの蔓）・ウワウルシ・昆布末を加えたものです。

主薬の赤松は古来より「仙人が食す松」として知られ、江戸時代の古書には「体内の老廃物を溶かして排出し不老長寿の効がある」との内容が記されています。

血圧が高く、のぼせて眠れない
動悸・耳鳴り・めまい・イライラ
眠りが浅く、夢をよく見る
肩こり、便秘がある……



などに、「これでなくては」と全国の愛用者から絶大な支持を得ているのだとか。

かつて私も頭がボーッとしてるのぼせ感があるときに服用すると、三十分ほどでスッキリするのを何度か体験しました。

効能は「高血圧の随伴症状（のぼせ、肩こり、耳なり、頭重、不眠、不安）の緩和」とされています。

効き目が良くて副作用の少ない伝統薬は、日本で独自に考案され、古くから人々に愛用され続けてきた、いわば日本の文化財ともいえるのではないのでしょうか。

折々の薬草

センニンソウ（生薬名 威靈仙）

夏から秋にかけて、日当たりのよい林縁や道路わきの斜面などに真っ白な花を一面に咲かせるキンポウゲ科の多年草です。

まわりの木や草に絡みついて蔓を伸ばし、晩夏の陽射しをいっぱい浴びて輝くような白い花々が草木の深い緑のなかでひととき目を引きまします。



近くを走る国道のわきにこの花が咲き誇っているのを数年前に見つけた時はとても心が浮き立ち、毎年この時季になると確認しに行くのですが、今年もちゃんと咲いていて、目を楽しませてくれました。

和名は、果実の先に3つほどに伸びた白く長い毛を仙人のひげに見立てて、仙人草。

「馬の歯こぼれ」「牛喰わず」などの別名をもつ有毒植物でもあります。葉や茎の汁が皮膚につくとかぶれるので気をつけましょう。

漢方では根を加工したものが、関節痛・神経痛・腰痛・筋肉痛に効果のある「風湿舒筋丸」という処方に配合されています。



センニンソウのよく分枝して広がった茎は、まるで神経が走っているかのようにも見えます。もしかしたら古人はそんな連想から薬効に辿り着いたのかもかもしれません。

藪陰の仙人草の花の上

幼な蟻螂獲物狙えり

宮下英爾