

ハブソウ

学名: *Cassia occidentalis* L. 科名: マメ科



みなさんは、「ハブソウ」と名前だけを見て何を想像しましたか？沖繩に生息する毒蛇のハブを想像した方もいらっしゃるのではないのでしょうか？実は、毒蛇のハブとは全く関係がありません。この「ハブ」とは蝮（まむし）のことをいいます。昔、蝮に噛まれた人が、たまたま噛まれたところにこの草の汁をすり込むとよくなったということから「ハブソウ」と名付けられました。しかし、現在ハブソウにはそのような効果はないとされています。ハブソウの効果が見れるのは、蚋（ぶよ）、蚊などの小虫に刺された時です。刺されたところに、ハブソウの生の葉の汁をすり込むとかゆみが止まります。

ハブソウは熱帯アジア原産の一年草で、日本には江戸時代に中国から渡来しました。葉と種子が薬用となり、葉は夏に種子は10月にそれぞれ採取します。特徴として、葉は偶数羽状複葉で先端が尖った形をしており、夏から秋にかけて綺麗な黄色の花をつけます。

また、ハブ茶として市販されているものはエビスグサの種子の決明子（ケツメイシ）を利用したもので、混同しやすいので注意が必要です。

生薬名	望江南（ボウコウナン）
薬用部位	葉、種子
薬効	健胃、緩下、鎮痒
用途	便秘の解消 また、小虫に刺された時の痒み止めとしても用いられている。



シソ

学名 : *Perilla frutescens* Britton var. *acuta* Kudo 科名 : シソ科



お刺身のつまやそうめんの薬味など、様々な日本料理に欠かせないシソ。漢字では紫蘇と書きます。この名前は昔、中国でカニを食べて食中毒を起こした若者が、シソの葉を煎じた紫色の薬を飲んだことで蘇ったという話に由来しているそうです。

日本薬局方にも収載されているシソは、「ペリラルアルデヒド」と呼ばれる精油成分を含みます。これはシソの特徴的な香りのもととなる成分であり、胃液分泌を促し食欲を増進させます。また、殺菌作用があるため、食中毒を防ぐ効果が期待できます。お刺身のつまとしてシソが用いられているのは、このためです。

シソには梅干しなどの色付けとして用いられる赤シソと、食用として用いられる青シソがありますが、前述の逸話のシソは赤シソのことです。こちらは薬用とされており、風邪薬等の漢方薬に配合されています。

暑い日が続く夏は、夏バテや夏風邪など、体調を崩しやすくなりますが、シソは、これらを予防する効果があるとされています。ご家庭の料理に加えてみてはいかがでしょうか。

生薬名	蘇葉 (ソヨウ)、紫蘇葉 (シソヨウ) 局方生薬
薬用部位	葉
薬効	健胃、発汗、鎮咳、食欲増進、解毒作用
用途	芳香健胃薬、鎮咳去痰薬、風邪薬、喘息、魚介類の中毒香蘇散 (コウソサン)、参蘇飲 (ジンソイン)、半夏厚朴湯 (ハンゲコウボクトウ) など



ムクゲ

学名：*Hibiscus syriacus* L. 科名：アオイ科



あまり聞き慣れない名前ではありますが、ハイビスカスの仲間と聞くとイメージしやすいかもしれません。中国・インド原産の低木であり、暑さがピークを迎える8月に花を咲かせます。主に花の色は白、赤、ピンク色であり、ハイビスカスと同様、大きな五枚弁の花びら、長く伸びたためしべが特徴的な花です。土地を選ばず栽培することができるため、観賞用として庭で栽培されることがあります。「一日花」と言われており、朝に開いた花が夕方にしぼんでしまうことが多いです。しかし、毎日違う蕾から花が咲き続けるため、夏から秋にかけて見る人を楽しませてくれることでしょう。

一方で、ムクゲは薬用としても利用されており、中国では樹皮の成分を利用した水虫治療薬として商品化されました。日本でも同成分を使った水虫治療薬が製造されており、一般用医薬品（第二類医薬品）として販売されています。また、花が咲く前の蕾には下痢止めや吐き気止めの作用があると言われています。ムクゲは夏の暑い季節には重宝される薬草なのです。

一般用医薬品とは？

薬局やドラッグストア等で処方箋なしでも購入することができる医薬品のことです。医療用医薬品の購入には処方箋が必要になります。

生薬名	木槿花（モクキンカ）、木槿皮（モクキンピ）
薬用部位	蕾、樹皮（根、茎、幹）
薬効	止瀉、制吐（木槿花）、抗真菌（木槿皮）作用
用途	吐き気止めや下痢止め、また水虫治療薬として使用される。

