

★漢方談義★

菖蒲

◆男の子の節句◆

太田 順康

男の子の節句の5月5日には、菖蒲をお風呂に入れたり、軒先に刺したりする風習があります。最近ではこの時期になりますとスーパーでも菖蒲を販売するようになりました。もともと菖蒲をさす軒先がある家が少なくなりましたが。

爽やかな香りと、葉の形が刀に似ていることから、邪気を払うことや、菖蒲が尚武、勝負に通じる事から男の子の成長を願う節句に珍重されたようです。



ショウブ サトイモ科の多年生草本

古くはアヤメまたはアヤメ草と言われていました。葉が沢山集まって綾目(線が斜めに交わった模様)を描いていることから付けられたようです。

アヤメ科のアヤメはハナアヤメと呼ばれていたようです。また中国の菖蒲はセキショウのことで、日本で云う菖蒲は白菖としています。

アヤメ科のアヤメ、カキツバタ、ハナショウブも見分けにくいのですが、昔と今と呼び名が変わってはいは混同しやすく困りものです。

秋から春にかけて地上部が枯れてから根茎を掘り出しひげ根を取り除いたものを乾燥して薬用します。

乾燥した根茎を粉末にしたり、煎じて服用します。煎じて服用するときは吐き気を催すことがあるので、採取後1年以上経過したものを煎服します。

鎮静、鎮痛、鎮痙作用があるので胃炎、腹痛、消化不良、更年期神経症などに用いられています。精油成分には鎮咳、祛痰作用があり、咳にも使われています。物忘れにも良いと書かれている本もあります。誰か試してみてください。

葉を浴用にするると身体が温まります。またアセモに桃の葉と一緒にに入れて浴用にするると良いようです。

陰囊の痒みに葉を煎じた液で洗うと良いそうです。菖蒲根も浴用します。神経を鎮め、血行を良くし身体を温めるので、神経症、神経痛、リウマチに良いようです。

中国古代の周の初代帝王文王が菖蒲の菹(酢漬け)が大好物だったそうです。多分セキショウの根茎の酢漬けだったと思われまふ。

セキショウは同じサトイモ科の植物で園芸品種も多く庭の手水鉢の近くに植えられています。

薬効は菖蒲根と良く似ています。

つづく



曜日と時間： 毎週金曜日 11:00~12:00
参加： 無料
指導： 原 菜奈美 (理学療法士)

<5月の予定>

寒い冬が終わり、春がきたと思ったらまるで夏のような暑さ。我が子たちはもう半袖です。

体温調節が難しいこの頃ですが、今は新緑が本当に気持ち良い季節です。ゆったりと楽しみたいですね。

10日(金) 24日(金)

○棒体操でストレッチ

○バランス運動

○頭の体操

17日(金)

松尾池から尾根へ

お知らせ

§ 漢方相談日

(担当 太田順康：日本漢方交流会認定漢方終身師範。
岐阜県漢方研究会会長、岐阜薬科大学「漢方学」講師)

今月の漢方相談日は、下記のとおりです。

9日(木) 20日(月) 27日(月)

§ 5月の休診日

3日(金 祭日)・6日(月 祭日)

30日(木)、31日(金)

よろしくお願いたします。



スモーカーライザーで肺の空気を検査

☆たばこをやめて、健康を体へ