



## 見頃の薬用植物

今回は、梅雨の頃に開花する代表的な薬草で、  
民間薬として汎用されている薬草を二種類紹介します。

### ■ドクダミ

*Houttuynia cordata*

生薬名：十薬（じゅうやく）  
薬用部位：花期の地上部  
薬効：慢性の皮膚疾患用薬、整腸薬



ドクダミの生葉は独特の臭みがあり、中国では魚の生臭い匂いと似ていることから「魚腥草」と呼ばれる。

生葉の絞り汁をおでき、水虫、ニキビ、カミソリまけに塗る。

乾燥させた後に少し焙じると、独特な臭みが減じ、お茶として飲むと、まろやかで茶らしい風味がある。利尿・便秘・解毒・消炎などの作用があり、腫れものやできものには溶剤や化粧水としてつけると美肌作用がある。

葉を薬草料理として天ぷらにすると美味しい。

### ■アマチャ

*Hydrangea macrophylla* var. *thunbergii*

生薬名：甘茶（あまちゃ）  
薬用部位：葉および枝先  
薬効：糖尿病患者用の甘味薬や口中清涼剤の原料



甘みが強いので矯味料、口腔清涼剤や糖尿病患者の甘味料として用いられる。

夏に摘み、蒸し揉み、青汁を去り、干して茶とする。揉み工程を行った葉を積み上げ、約 24 時間放置し発酵させることにより加水分解が起こり、砂糖の約 1000 倍の甘みを持つといわれるフィロズルチンが生じる。新鮮葉および通常乾燥物は甘くない。

釈迦の誕生日（4月8日の灌仏会）に釈迦立像に煎じた甘茶を注ぎかける行事が行われる。この茶を飲めば神効があるとされる。