

## 薬局や医療機関を探したいとき…

- 医療ネットしずおかのホームページで、県内の薬局や医療機関等を探することができます。
- 地域、開局時間、機能等による検索も可能で、地図上からも施設の特徴が確認できます。
- いつも行く医療機関、薬局を「かかりつけ」に登録することで、受付時間等の情報をすぐに見ることができます。



医療ネットしずおか

検索



## くすり等について相談したいとき…

- 処方された薬についての疑問は、まずはかかりつけの薬局にお問合せいただくことをお勧めします。
- 独立行政法人医薬品医療機器総合機構の相談室

くすり  
相談

薬の使用方法、副作用、飲み合せやジェネリック  
医薬品に関する相談

☎03-3506-9457

医療機器  
相談

家庭で使用する医療機器の使い方の注意など

☎03-3506-9436

【受付】月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）、午前9時～午後5時

# 薬草ハンドブック

～春夏版～



アマギアマチャ

監修 静岡県立大学 客員教授 黒柳正典  
写真提供 同 薬草園 山本羊一、宮本秀人

発行 (一社)静岡県薬事振興会  
静岡県健康福祉部薬事課



## 発刊によせて



薬は病気やけがの治療などに使われていますが、原料として植物が使われているものがあります。こうした薬のために活用できる植物は「薬草」と言われ、道端や公園でも見かけることができます。

「くすり」の単語には、別の言葉が潜んでおり、後ろから読むと現れる「リスク」は、薬の性質を現しているとも言えます。

薬は、用法用量に従って使用しないと、期待する効果が現れないばかりか、副作用や後遺症が生じることもあります。

自然界の薬草についても同じで、むやみに触ると危ないものや、意外な作用をもっているものがあるなど、リスクが潜んでおり、正しい知識を持つことが必要です。

この薬草ハンドブックで、身近な薬草に興味を持っていただければ幸いです。

## 目次

### ～収載薬草～

P 1 ... ドクダミ

P 2 ... センブリ

P 3 ... ゲンノショウコ

P 4 ... タンポポ

P 5 ... チガヤ

P 6 ... ニチニチソウ

P 7 ... ボタン

P 8 ... シャクヤク

P 9 ... ヨモギ

P10 ... スイカズラ

### ～ TOPIX ～

P 11, 12

#### ● かかりつけ薬剤師・薬局を持ってみませんか

- ・ 薬局ってどんなところ？
- ・ かかりつけ薬剤師・薬局のいいところ
- ・ 令和3年8月からスタート！認定薬局

#### ● 植えてはいけない「けし」に注意



 医薬品の規格基準書である日本薬局方に収載されている植物



# ドクダミ

じゅうやく

十薬

*Houttuynia cordata*

ドクダミ科

局



# センブリ

とうやく

当薬

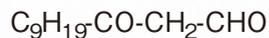
*Swertia japonica*

リンドウ科

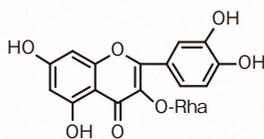
局



- ドクダミの花の白い部分は総苞片ほうへんで花弁ではない。黄色の部分に小さな花が集まっている。種子を作らず、地下茎で殖えるため除草するのが難しい。
- 生のドクダミの独特の臭いはデカノイルアセトアルデヒドなどに起因するが、不安定な化合物なので乾燥や加熱で臭いは失われるため、食べられる野草としても知られる。
- ドクダミの名は「毒矯み」から、生薬名十薬は「馬に食べさせると十もの薬効がある」から。
- クエルシトリンなどのフラボノイド誘導体が含まれている。
- 花期の地上部をジュウヤク（十薬、重薬）として民間薬に用いる。利尿、抗菌、抗水虫、血管収縮作用などが知られている。三大民間薬。

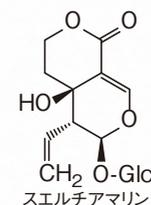


デカノイルアセトアルデヒド

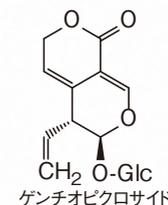


クエルシトリン

- 日本、朝鮮半島、中国に分布。日当たりのよい山野に自生する二年草。乱獲で現在は少ない。
- 「良薬は口に苦し」という言葉を最も端的に表しているのがセンブリである。1,000回振り出してもなお苦いということでこの名がついた。
- 苦味の原因は苦味物質であるスエルチアマリン、ゲンチオピクロサイドなどのセコイリドイド誘導体による。
- 当薬は苦味健胃薬として用いられている。三大民間薬。
- 同じリンドウ科の中国のリウタンやヨーロッパのゲンチアナも同様の苦味物質を含み、苦味健胃薬として用いられている。



スエルチアマリン



ゲンチオピクロサイド

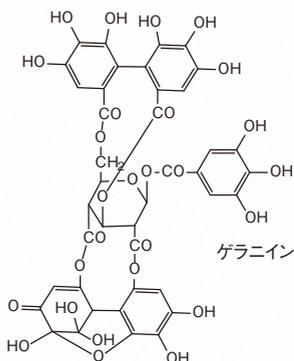
## ゲンノショウコ

*Geranium thunbergii*  
フウロソウ科

局



- 日本、朝鮮半島に自生する多年草。ミコシグサとも呼ばれ各地の山野や道端で見られたが、最近では外来近縁種のアメリカフウロが目につき、見る事が難しくなっている。アメリカフウロの花が小さく地味なのに対して、ゲンノショウコの花はやや大きく可憐な姿をしている。
- 野生のものは少なくなったが、徳島県、富山県、滋賀県などで栽培され供給されている。
- その名は、効き目が確実に「現の証拠」からきている。
- ゲラニンなどのタンニンを主成分とし、下痢止めや整腸剤として用いられる。日本の三大民間薬。



## タンポポ

ほこうえい  
蒲公英  
*Taraxacum platycarpum*  
カントウタンポポ  
*T. japonicum*  
カンサイタンポポ  
*T. officinale*  
セイヨウタンポポ  
キク科



- 繁殖力旺盛なセイヨウタンポポにより日本の在来種カントウタンポポ、カンサイタンポポが圧迫されている。
- タラキサステロールなどのトリテルペン誘導体が含まれる。
- 日本では、タンポポの全草をホコウエイ（蒲公英）、根をホコウエイコン（蒲公英根）と称し、民間薬として、健胃薬、お乳の分泌促進薬などとして用いられる。
- ヨーロッパではタンポポが野菜として食べられる。胆石、黄疸、肝臓障害に効果があるとして用いられている。
- 中国では解熱、解毒、利尿剤として用いられる。
- タンポポの根を炒ったものがコーヒーの代用品タンポポコーヒーとして飲用されている。



# チガヤ

ぼうこん

茅根

*Imperata cylindrica*

イネ科



局

# ニチニチソウ

にちにちそう

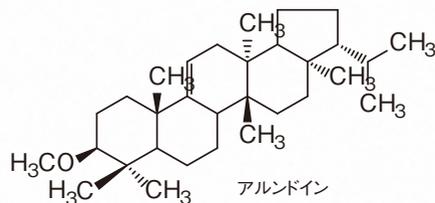
日日草

*Catharanthus roseus*

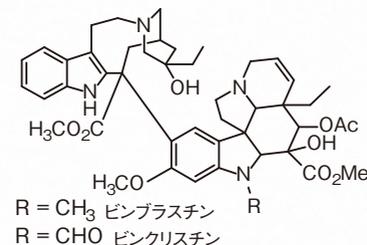
キョウチクトウ科



- アジア、アフリカ、オーストラリアなど世界中に分布、日本各地の日当たりのよい山野に群生。初夏に白い穂状の花を咲かせススキに比べて小型。
- 種子と地下茎で殖えるため繁殖力旺盛で駆除が難しく、世界では最強の雑草として知られている。
- サトウキビの近縁種であるため若い穂や地下茎の新芽はほのかな甘い味がある。
- アルンドインなどのトリテルペンを含んでいる。
- 根茎から調製した生薬ボウコン（茅根）は利尿、解熱、止血作用などが知られている。



- マダガスカル原産で熱帯地域に野生する一年草で、温帯地域でも栽培可能。
- 我が国でも最もポピュラーな園芸植物の一つで、家庭や公園などで広く栽培され可憐な花を咲かせている。
- 学名が昔はビンカ・ロゼア (*Vinca rosea*) と呼ばれていたため、ニチニチソウの成分であるアルカロイドはビンカアルカロイドと呼ばれている。
- ビンクリスチン、ビンブラスチンと呼ばれるビンカアルカロイドは、微小管に作用し細胞分裂を抑えることで抗がん作用を示す。



# ボタン

ぼたんび  
牡丹皮  
*Paeonia suffruticosa*  
ボタン科



局

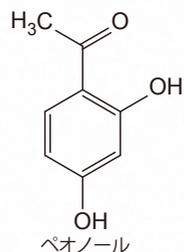
# シャクヤク

しゃくやく  
芍薬  
*Paeonia lactiflora*  
ボタン科

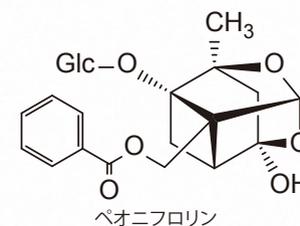


局

- 「立てば芍薬、座れば牡丹、歩く姿は百合の花」と囃される美しい花の代表であるシャクヤクとボタンは同じ*Paeonia*属の植物で、ともに大きな美しい花を咲かせる。園芸植物としても有名。
- ボタンは木本の植物で、その根の皮を牡丹皮と称し生薬として使われる。
- 主成分はペオノールで、抗菌、中枢抑制、胃分泌抑制、鎮痛作用、鎮痙作用など知られている。
- 加味逍遥散、桂枝茯苓丸、八味地黄丸、大黄牡丹皮湯などに処方されている。



- シャクヤクはボタンと同属の植物で、ともに大きな美しい花を咲かせる。ボタンは木本であるのに対してシャクヤクは草本植物である。
- シャクヤクの根を乾燥させたものは生薬として用いられる。
- 主成分はペオニフロリンで、抗菌、中枢抑制、胃分泌抑制、鎮痙作用などがあり、婦人薬、冷え症、皮膚疾患などに用いられる。
- 加味逍遥散、桂枝茯苓丸、八味地黄丸などに処方されている。



# ヨモギ

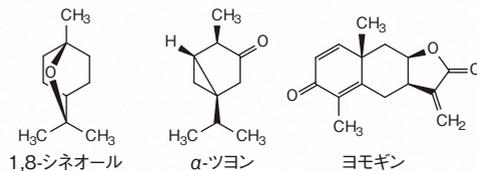
がいよう  
艾葉  
*Artemisia princeps*  
キク科



局



- 全国の原野や路傍、土手などに広く分布する多年草で草餅の材料とされ、独特の香りを持っている。葉の裏の毛はモグサとして用いられる。
- 1,8-シネオール、 $\alpha$ -ツヨン、ヨモギンなどの香気物質を含んでいる。
- 全草はガイヨウ（艾葉）と称し生薬として用いられている。
- 収斂性止血作用、鎮痛作用が知られている。
- ヨーロッパではヨモギと同じ *Artemisia* 属のニガヨモギがハーブとして用いられ、ミブヨモギからは駆虫薬であるサントニンが得られる。



# スイカズラ

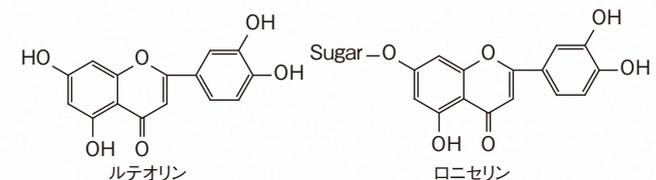
にんどう  
忍冬  
きんぎんか  
金銀花  
*Lonicera japonica*  
スイカズラ科



局



- 日本、アジアに分布する蔓性木本で、山野や緑地でよく見られる。
- 茎葉は寒い冬も耐え忍ぶことから忍冬と称され、花ははじめ白色で黄色に変わることから金銀花と、子供たちが花を採って蜜を吸うことからスイカズラと呼ばれる。
- ルテオリンやロニセリンなどのフラボノイドを含む。
- 化膿性皮膚疾患、腸炎、扁桃炎等に用い、五物解毒散、荊防排毒散などに処方されている。
- スイカズラの茎葉を用いたリキュール酒は、忍冬酒と呼ばれ家康が愛飲したと言われ、今でも三河地区や浜松地区では製造されている。



## かかりつけ薬剤師・薬局を持ってみませんか

### 薬局ってどんなところ？

- 薬局は処方箋を持っていかないと入れないと思いませんか。薬局には薬の専門家である薬剤師がいて、処方箋がなくても、普段の体調の不安や薬の疑問について相談することができます。また、市販薬購入の相談もできます。
- 「くすり」は、からだを治すものですが、使用によって副作用が出る可能性もありますので、正しく使うことが大切です。
- 気になること、困ったことがあれば薬剤師に相談してみましょう！
- 自分のかかりつけ薬剤師を持つと、過去に飲んでいた薬、これまでの体調や相談内容も踏まえて、あなたにあったアドバイスが受けられます。



### かかりつけ薬剤師・薬局のいいところ

- 薬について聞きたいときや、使っている間の体調変化について聞きたいときなど、いつでも気軽に相談できます。飲みにくいときの改善方法や飲むタイミングなども相談することができます。
- いろいろな医療機関にかかっている場合でも、継続的な情報をもとに、飲み合わせや副作用のチェックをしてもらえます。
- 自宅での療養が必要になったときも、家にいながら、薬の説明を受けたり、薬の相談ができます。



## 令和3年8月からスタート！ 認定薬局

薬局の選択がしやすいよう、機能をもった薬局を明示する制度が開始。

### 地域連携薬局

外来、入院、在宅など様々な状況の患者さんに対応し、住み慣れた地域において薬物治療をサポートできる薬局です。



### 専門医療機関連携薬局 (がん)

がんの治療を行う専門医療機関と連携し、より専門的な薬物療法をサポートできる薬局です。



## 植えてはいけない **けし** に注意

- けしの仲間（ケシ属植物）は、春から夏にかけて色あざやかで美しい大きな花を咲かせるものが多く、ガーデニングや切り花用の植物として人気があります。
- しかし、けしの仲間には、法律で栽培が禁止されているものがあります。綺麗であっても、植えないようにしましょう。

### 違法な **けし**



ケシ



アツミゲシ



ハカマオニゲシ



八重咲きのケシ