

## 薬味①

薬草の効果を見極めるために、薬草の味で分類する方法が昔から使われています。甘い、苦い、辛い、酸っぱい、塩辛いと五つに分けられ味によって効き方のおおよそを分類しています。

甘いという味は、和らげる力があると考えられています。たとえば気分がくしゃくしゃするときに甘いものを食べる気分が和らぐことや、動きすぎ疲れ体が強張ったとき無性に甘いものをほしくなる経験はどなたでも感じたことがあると思います。また、甘い物の代表の砂糖は湿気を吸いべっとりしてきますがこのことから乾燥を防ぎうるおいを保つともいわれます。

甘味の薬草で名前にも甘いという字が入っている甘草は最も多くつかわれる薬草で、薬草を組み合わせで作る漢方薬全体を和らげたり調和をとったりするために使われている場合が多いと考えられます。また、体か何らかの刺激で緊張し胃に症状が現れた場合なども緊張からくる痛みを緩和にも使われます。

そのほかの甘味に分類されている薬草で身近なものは、トウキ、ヤマイモ、菊の花、小麦、玄米、百合の根などが挙げられます。

苦味は薬を表す言葉に「良薬口に苦し」とあるように薬草の中にはこの苦みに分類されているものが多くあり、その作用は甘みとは反対に湿気を取り乾燥させる働きや、ものを固める働きがあります。にがりや豆腐を固めたり、土俵の土を固めたりするのはよく知られていることです。

また苦味の薬草の働きに、上ったものを引き下ろす働きがあるとされています。その力を利用して熱を下げたり、のぼせをとったりするときにも使われ、吐き気やせきなどの通常とは反対の方向に動くのを静めるのにもつかわれます。また下げる力を使い便秘にも使われますが、その代表薬草は大黄で症状を下したり、冷ましたり、する漢方処方に多くつかわれています。

そのほかの苦味の薬草は、ヨモギ、シャクヤク、カラスウリ、ホウノキなどが身近なもので。ただし、薬草の中には味が違うのに分類されているものもありますが、これは効き目が先でその味の性質分類に分けられたとも考えられています。(続く)