

## 配置薬に使用される生薬の特徴⑦

村上 守一

### タイサン（大蒜）

*Allium sativum* L. (ユリ科 *Liliaceae*)

西アジアまたは中央アジア原産と推測されていますが、はっきりしたことは分かっていません。紀元前 3,000 年以前のエジプトの墓から球根の粘土模型が発見されていることからピラミッド建築の労働者が疲労回復のために食用にしていたことが伺えます。古代ギリシアやローマでも薬としてまた食用として使われ、現在でも地中海沿岸で栽培が盛んに行われています。

一方、現在世界一の生産国である中国には漢の武帝（紀元前 140 年）の頃部下の張騫が西域から持ち帰ったことが記されています。日本への渡来も古く、『古事記』には「倭建命が東征の帰途……、坂の神が白鹿に化けて出てきたので、食べ残した蒜をもってこれを打ち殺した」とあります。おそらく、朝鮮半島経由でもたらされていたのではないかと推測されます。平安初期の『本草和名』（918 年）や『倭名類聚抄』（932 年）には「胡、和名於保比留（おおひる大蒜）、今俗呼仁牟仁久（にんにく）」と記されています。因みに、ニンニクの語源は仏教語の「忍辱」という説がありますが定かではありません。

滋養強壮、疲労回復に重要な食材ですが、その強い臭気で嫌われた面も持ち合わせています。禅宗では門前に「不許葷（臭気のある野菜ニラ、ラッキョウ、ネギ等）酒入山門」と記し、ニンニク等臭い野菜と酒は不浄のものと敬遠されました。西洋では魔よけとして用いられ、ドラキュラを遠ざけるために窓等に吊るし、日本でも弘前市の神社の例大祭でニンニクを買い求め、戸口に吊るして無病息災、悪魔よけをする風習が残っています。

### 植物の特徴

葉は長さ 60 cm ほどで広線形、互生し、中央脈で内側に船底状に折れます。夏に花茎を出し、先端に花芽と珠芽が混成する花序をつけます。この花は通常未開花で枯死し、種子はできません。地下部には 6~10 個の小鱗茎からなる鱗茎を冬から夏にかけて肥大させます。



ニンニク

## 生 薬

秋に小鱗茎を植付け、翌年の夏に掘取ります。2～3日畑で乾燥し、茎を30cmほどに切って束ねて軒下などで乾燥させます。



ニンニク

## 成 分

アミノ酸の一種アリインを含有しています。傷つけたりして細胞を破壊すると、アリナーゼという酵素が働き、強い臭いのあるアリシンが生じます。このアリシンはビタミンB<sub>1</sub>と容易に結合し、体内に吸収されやすいアリチアミンを作ります。

## 薬効および使用法

食欲増進、血液の循環促進、疲労回復、強壮、健胃整腸、冷え性等に生食または加熱、粉末にして用いられます。他にニンニク酒、醤油漬け、蜂蜜漬けにして利用されます。香辛料として粉末のガーリック・ソールト、パウダーも使われます。