

# 日本の民間薬 4

## (皮膚のトラブルに対する民間薬 2)

**Traditinal Herbal Medicine 4**  
**(Traditional Herbal Medicines for Treating Skin Trouble)**

廣 部 千恵子

The 1<sup>st</sup> and 2<sup>nd</sup> papers dealt with health foods for curing the common cold. The third paper dealt with herbs for treating skin trouble. In this paper, additional foods, herbs and trees for treating the skin trouble are described. Some herbs and trees described in this paper are used only in some parts of Japan, and their effects have not yet been ascertained by the author.

前3論文において、日本の民間薬のうちで風邪に使用する食物、民間薬について述べ、さらに皮膚のトラブルの一部について述べてきた。本論文においてもこの皮膚のトラブルに対して使用している民間薬の追加分について論じる。

本論文において、それぞれの症状に対する利用法を簡単にアイウエオ順に記載し、一番左の列に使用する植物名などを、二番目に簡単な利用法を、そして最後に文献番号を記載した。今回の調査でまとめたものの中には使用法のはっきりしないもの、効果のはっきりしないものも多くあるので、諸氏のご意見をいただき、お教をを請いたい。

hirobe@seisen-u.ac.jp

### 1、捻挫の時に使用してきたもの

捻挫と次に述べる打撲とは民間療法では一対になっていることが多い。一応文献に従って捻挫と打撲は分けているが、両者は同様な生薬が使われている。これらのうち、キハダの粉とクチナシの実の粉を捻挫、打撲面に塗ることは、現在でも行われている。しかし、捻挫は打撲と違い、関節に大きな力が働いて、大きく動き、その後正常に骨の位置が戻ったものの靭帯、関節包が伸びたり、傷ついている。そこで、関節が腫れたり痛んだりするものである。この時、骨の位置が元に戻らないのが脱臼であるので、捻挫はおろそかにすることができない。傷ついた組織が元に戻るまで安静にしてその関節を動かさないようにしないと何度も捻挫するようになる。捻挫に使用する生薬や物は、抗炎症作用があるので、それらの助けをかりて治療するとよい。クチナシは八重のものは実ができないので、家で育てたい人は一重のクチナシを購入するとよい。キハダは大きくなりすぎるので、家庭で栽培するのはむずかしいが、漢方薬店で黄檗末を購入しておけばよい。また、多くの

家で栽培しているアロエを使用するのも応急処置としては良い。

アサシラギ	茎・葉を揉んでつける	30
アマドコロ	秋に根が黄変した時期に根茎を掘り取り、茎やひげ根を取り除き、水洗いしたものをすりおろし、その汁を塗布する。小麦粉と食酢で湿布する。 根茎乾燥させて粉末にして、食酢で練って患部に厚く貼る	15,26 32
アロエ	大きいアロエ1本をおろし器ですりおろし、ガーゼに塗り、患部にやや広めに湿布する。患部につける	18,20
イヌザンショウ	果実、又は葉の粉末を卵白で練って患部につける	10
ウサギギク	生葉をすり潰し、酢と卵白で練って貼る ウサギギク6g、又は12gを1日3回、10回に分けて使う。またはクリーム状にして、患部に1日2-3回、手で塗る	17 g
ウツギ(ノリウツギ)	葉をどろどろにして使う	4
ウメ	卵白と小麦粉を適量混ぜ合わせ、梅酢(梅干しを作る時にできる液)を注ぎながら、耳たぶより少し柔らかい程度にし、これをへらで布にのばし、患部に貼る。早ければ1晩で痛みが消える 梅干の種を除き、その半量の白砂糖と飯粒を適量に加え、よく練り混ぜ布にのばして貼り、何度か取りかえる	20 23
オモト	黒焼きにして患部へ付ける	4
キゲイトウ	陰干しを煎じて飲む	22b
キハダ	すりおろして小麦粉を混ぜ、水で薄めた酢で練り、それを布に広げ患部に貼る	4,27
キュウリ	適宜にすりおろしたキュウリと小麦粉とを練り、それに酢を混ぜ合わせて患部につける	21
クチナシ	乾燥した果実の粉末を卵白で練る クチナシの実10個をすり鉢ですって粉末にし、卵白1個を入れて混ぜる。小麦粉を少しずつ足しながら耳たぶ位の固さに練り、ガーゼにのばして患部に貼る。1日1回、熱があつて薬の渴きが早い時は、1日2-3回、新しいものと取り換える 葉を粉にして塗布する。練ったご飯に酢を入れて和紙にのばして貼る	1 20,28 30,g
クロモジ	枝葉10gを水200ccで煎じ、その液で湿布する	11
コムギコ	小麦粉と酢を練って布にのばし、患部に貼る	23,25, 27,30
サクラ	樹皮をはぎ取り、一番外側の黒っぽい皮を除いた甘はだの部分を目に当て乾かす。その煎じ汁で患部を洗う	13
サトイモ	皮を厚くむいてすり下し、小麦粉、酢と混ぜ合わせ布か紙に1cm位の厚さにのばして貼る	22b,28
ジャガイモ	じゃがいもをすりおろして小麦粉を混ぜ、ガーゼにつけて患部にあてる	g
ス	酢と塩を混ぜ患部を湿布する	18
スイセン	スイセンの芋(根)を掘り、小麦粉または酢または小麦粉と酢で練り合わせ患部に貼る	22b,23, 28
スギ	実を粉末にして飲む	23
セキショウ	石菖の黒焼きにタニシを搗り潰したものを搗り合わせ、酢を混ぜるとよく効く 石菖に焼酎を入れ煎じてつける	28 4
ソクイ(イネ科)	大根おろしの汁で練って葉を混ぜて貼る	4
タケノコ	皮を焼いて粉にし、小麦粉を加え酢でこねて打撲、捻挫の患部に貼ると治る	28
タマゴ	卵に塩を入れ、かきまぜて塗る 卵白、小麦粉を酢で練ったものを布にのばして患部に貼る	18 22b
ツワブキ	生葉を火に炙り、表皮を剥いで患部に貼る	28

トウフ	豆腐半丁位を潰し、小麦粉1/3カップ程度を加えてよくかき混ぜる。それをガーゼに5-6mm程度の厚さにのばし、患部にあてる	19
トウモロコシ	黒焼きにしたものを酢で練って貼る	27
	芯を黒焼きして小麦粉、またはご飯に酢を加え練って患部に貼る	28
ドジョウ	ドジョウをさき、患部に皮の方をあてて貼りつける	19
	腹を割いて背の部分を患部に貼りつける	14,23
ニシキギ	実を煎じて飲む	23
ニホンシュ	布に浸して湿布する	19
ニワトコ	水で煎じてから煎じ詰め、水飴のようなエキスとして患部に塗る	6
	葉や木皮を煎じて飲む	23
	9月頃枝葉を採って各々に分ける。枝は1cmほどの長さに輪切りにして日干し、葉はそのまま日干しする。1日量10-20gを煎じ、かすを除いて貯え、液が冷えてから布切れなどを浸し、冷湿布として使用する	4,10,24, 26,28
	卵白、ニワトコの炭を粉にしたものと小麦粉を合わせ、酢でのばしたものを貼る。卵白、酢単独でもよい	27,28
ネムノキ	樹皮の煎じ汁で冷湿布する	10
	樹皮の黒焼きと黄柏末を2:8で混ぜ、酢で練って患部に貼る	32
ノブドウ	秋になって色づいたとき採り、酢に漬けておいて貼る	27
ハコベ	すり潰して小麦粉を練り合わせて貼る。小麦粉と酢を混ぜてこれにハコベをすって混ぜてもよい	25,27
ヒガンバナ	ヒガンバナの根をすりおろし、小麦粉に混ぜて練り、布にのばして患部に貼る	23
	球根をすり潰し、酢か酒を混ぜて貼る	6
ヒョウタン	果実の黒焼き1回2-4gを1日3回つける	2
ビワ	ビワの古い葉をよく洗って水気を取り、5cm位にちぎってビンに入れ、焼酎(アルコール)をひたひたになるまで入れて3週間位おく。これをコットンにしみこませて患部によくすり込む	20,g
ヘクソカズラ	ヘクソカズラで患部を巻く。東北の方向と北の方向に向け、ヘクソカズラの汁をつける。ヘクソカズラを酢につけ、患部に巻く	18
マムシ	マムシ酒を綿に湿らせて患部に巻く	4
	マムシ酒にして飲む	8
ヤナギタデ	新鮮な葉の煎じ汁で湿布する	10
ヤブカラシ	生葉を汁が出るまで揉み潰して患部に貼る。少しかぶれて痒くなったら、まづゴマ油を塗った上につけるとよい。煎じた液で罨法してもよい	17
ヤマイモ	すり下してつける	30
ユキノシタ	葉を揉んで患部に当てておく	28

## 2、打撲

打撲を家庭で、民間薬を使用して治療するのは、単なる打ち身の類のものであるべきである。頭を打った時には特に打撲だからといって後で症状がでることが多いので、病院へ行くべきである。他の強い打撲の場合も一応骨折などがどうかよく調べた方がよい。その上で次にあげるような生薬類を使用する。捻挫と同様にキハダとクチナシは今でも接骨医などで使用している。このキハダ、クチナシに薄荷、樟脳などが同時に用いられている。また、ニワトコをこの中に入れたり、単独で用いることもある。以下文献上で述べら

れている薬草、その他のものを列挙する。手元にあるものがあつたら、試してみたい。  
きたい。

アカネ	全草を薬湯にする	8
アカマツ	5-10月の間、幹に傷をつけて松脂を採集する。これを乾燥したものを患部に貼る	11
アケビ	皮を湯につけて入浴する	30
	皮を乾かして黒焼にし、飯粒で練って痛いところへつける	30
アサシラギ	茎、葉を揉んでつける	30
アマドコロ	アマドコロの粉末をそのまま、または食酢で固めに練り患部に厚く貼る。小麦粉を入れるのもよい	1,5,9,10, 26,32
アロエ	大き目のアロエ1本をおろし器ですりおろし、ガーゼに塗り、患部にやや広めに湿布する	18,19,20, 23
イグサ	イグサの根元から10cmほどのところで切り、それとアダンの芯と山羊とを煎じて飲む	18
イタドリ	イタドリの芋を水洗いし、十分乾かした後に刻み、度数40度の酒に漬ける。3ヶ月後から適宜に飲用できる。なお、6ヶ月を過ぎたら、イタドリの芋は取り出すようにする	21
	7月の花の咲くころ根を掘り水洗いして干す。煎じて冷し薬として効く	27
イチハツ	粉末を患部に塗布	32
イチヤクソウ	生葉の汁を外用する	16
イヌザンショウ	乾燥葉を出来るだけ粉末にしてこれに卵白を加えて練り合わせ、更に少量の小麦粉を加えて化粧クリームのような固さにし患部になるべく厚く塗る。上から木綿布などを当てて軽く押さえておく	5
	生葉をすり潰し、酢と卵白で練って貼る	17
イヌタデ	樹皮を乾燥させ粉末にして小麦粉を混ぜて患部に貼る	9
イヌツゲ	葉を煎じて貼る。または、葉を黒焼きにして、小麦粉と酒で練って飲む	14,23
ウツギ	ウツギのアマハダを煎じて貼る	14,23
ウツボグサ	7月頃、花穂を枯れる前に採集し、天日乾燥する。それを煎じた液を塗布する。(胃弱の人は長期連用注意)	11
ウド	手などをつぶした時には、山のウドの根を蒸してつけると治りが早い	27
	ウド25-30gを水500ccで半量になるまで煎じ、その液を温かいまま湿布する	8
ウメ	小麦粉と梅酒を混ぜ患部に貼る	4
	梅の汁、酢、小麦粉を練って患部に塗布する	4
	卵白と小麦粉を適量混ぜ合わせ、そこに梅酢を注ぎながら、耳たぶより少し柔らかい程度にし、これをへらで布にのばし、患部に貼る。早ければ1晩で痛みが消える	4,20,30
エゾニワトコ	夏に葉を採取し、陰干しにする。1日量10gを水400ccで半量に煎じ、その液を温めて湿布し乾いたら交換する。また、生葉をすり潰して小麦粉と混ぜ、練ったものを布に塗って貼り、何回も貼りかえると有効	15
	枝、幹など木部を煎じた液をタオルなどに浸し、患部を湿布する。また、葉や枝を細かく砕き、布袋に入れて浴材として風呂に入れる	16
	かきくずを水につけておき、焼いた石をそれで包んで患部を湿布する	27
オオバコ	葉を火で炙って患部に貼る	18
	根と小麦粉、卵白を混ぜて練ったものを薬にする	23
オオムギ	オオムギの粉末と生姜汁を練って患部につける	21
オキナワクジャク	沸騰させた水0.54ℓに、オキナワクジャクの生葉20gを入れ、水が半分になるまで煎じ、その汁を患部につける	21

オシロイバナ	根を煎じて飲む	18
オトギリソウ	煎じて飲むか湯に入れて入浴する	30
	夏から秋、果実の熟した全草を採集し、天日乾燥する。それを煎じた液で湿布する	2,11
	夏の花のあるときに茎葉を採集し、揉んでその汁をつける。又、この葉をアルコールに浸してチンキを作りそれを塗っても同様の効果がある	6,27
オドリコソウ	秋に地下茎を掘って乾かし、粉末にして小麦粉と酢で練り合わせ和紙か布に塗って貼る	6,9
カキ	柿渋を塗る。また飲む	6,23
ガジュマル	皮、ヒゲを太陽干しにする。沸騰させた水1ℓに、ガジュマルの皮15g、クスノキ8g、黒糖適宜を入れ、水が半分ほどになるまで煎じ、1日3回に分けて服用する	21
カタバミ	全草を太陽干しにして乾燥保存する。沸騰させた水1ℓに、カタバミの全草の乾燥物10gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日2回服用する	21
カラシナ	辛子粉を練って貼る	30
	葉をもんで手拭の中に巻き込んで打ち身につける	4
カラスギバサンキライ	松の葉、ヨモギ、チガヤと一緒に酢と黒砂糖を入れ煎じて飲む。酒につけておいて飲んでもよい	18
カラマツソウ	葉をすり潰して塗布する、葉を貼る	9,27
カンキチク	沸騰させた水1ℓに、生葉20g、酒5勺を入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回服用する	21
カンゾウ	8gを煎じて飲み、また局部に湿布する	g
キゲイトウ	陰干ししたものを煎じて飲む	22b
キハダ	キハダの皮を湯に入れて入浴するか、粉にして酢で練って貼る。皮を煎じたので湿布するのよい	30
	木の皮を剥いてですって患部に塗る	4,30
	黄柏粉末(キハダ)を酢または酒で練って患部に貼る。山梔子末(クチナシ)を加えるとさらに良い	2,4,5,23,25,27,28,32
	黄柏を2つに分けその1つを軽く煎り、1つを生のまま混ぜ合わせ酢でドロドロに解き紙に延べて貼り1日2回取り替える	6,8,30
キュウリ	打ち身にはキュウリ、小麦粉、コショウの粉などを練り合わせたもので湿布すると良い	6
	適宜にすりおろしたキュウリと小麦粉とを練り、それに酢を混ぜあわせて患部につける	21
キランソウ	葉、茎に塩、酢、砂糖などを加えて揉んだものを湿布する	23
キリタンポ	キリタンポの根100gを度数40度以上の酒1ℓに漬ける。2ヶ月後から使用できる。使用方法は患部につけること。毒草なので十分に注意する	21
クズ	クズの根を焼いて粉末にし傷口につける	27
クスノキ	樟脳を求めて粉末にし黄柏末に2%の割合で加え卵白または酢で練って痛む部分に厚く貼る	5,32
	葉を陰干しにし乾燥保存する。沸騰させた水1ℓに、クスノキの葉10g、ツルソバの全草の乾燥物10gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回服用する	21
クチナシ	クチナシ末、小麦粉を等量とその2つを合わせた量の1/10の生姜のおろしを加え、酢か酒で練って貼る	6
	晩秋から初冬によく熟した果実を摘み取り、日干しして粉末にし、黄柏末(キハダの樹皮)、小麦粉と同量混ぜ、酢で練ったものを布に伸ばして患部に貼る。乾いたら何回も貼り替えるとよい。この処方にショウガの汁を加える方法もある	13

	果実に小麦粉、卵、焼酎などを加えて練り患部に貼る	1,2,20,23
	クチナシの実、小麦粉、トウガラシ、卵白、酢などを混ぜ合わせたものを練ってつける	28
	クチナシの実、キワダンゴ、卵白を入れて酢を少したらし、練ったものを塗る	28
	11月頃よく熟した果実を摘み採り、そのままか、軽く熱湯に浸したのち陰干しにする。粉末にして食酢で練り、患部を冷湿布する	25,26,28
	山梔子末と黄柏を3:1の割りに混ぜ小麦粉と酢を混ぜて貼る	5,9,32
クマツヅラ	葉を患部につける	18
クルミ	くるみ酒が効く	28
クロモジ	葉を煎じて貼りつける。なければ皮でも可	14,23
クワ	葉を煎じて飲む	28
コウスイガヤ	葉は陰干し、茎は太陽干しにして乾燥保存する。沸騰させた水1%に、コウスイガヤの乾燥物15gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回に分けて服用する	21
コヘンルウダ	生のコヘンルウダの全草40gを度数40度以上の酒1.3%に漬ける。3ヶ月後から飲んでもよい(ただし少量)、患部につけてもよい。なお、飲用する時には、コヘンルウダは取り出すこと	21
コムギコ	小麦粉と酢を混ぜて練り、それを布につけて患部に当てる	23,25,27,30
サキシマスオウノキ	皮を太陽干しにして乾燥保存する。沸騰させた水1%に、サキシマスオウノキの皮の乾燥物5g、ミカンの皮1個分、ウコン5g、ドクダミ5gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回に分けて服用する	21
サケ	酒を患部に塗り、そこを何回も揉む	18
サトイモ	里芋をおろして小麦粉と練り合わせたものを布にのばして患部に貼る	22b,30
サンシチ	葉を揉んで貼る。汁をつける	28,30
サンショウ	生葉の汁を絞って塗る	6
シナガワハギ	7-8月頃、つぼみのついた全草を地上部で刈り取り、水洗いして刻み、風通しの良い場所で陰干しする。20g位を温湯1000cc位の中に入れて、沸騰しない程度で数分間温めた液に布片を入れ軽く絞り、湿布する	6,15
シマアザミ	生のシマアザミの根をつき砕き、それに酢適量を入れて服用する	21
シマカンギク	花を油に漬け、その液を外用する	17
シャゴマ	男は白の、女は黒いシャゴマを煎じて粉末にし、酒と一緒に飲む	23
シュウカイドウ	花または全草を潰して塗布する	8
ショウガ	ショウガと塩及び卵黄を混ぜて患部につける。小麦粉も入れて粘度を増してもよい	18
	生姜と麦粉を水で練って貼る	27
	生姜をおろし、酒を混ぜて貼りつける	30
ショウジョウソウ	全草をつき砕き、患部を湿布する	21
ショウブ	根をおろし金でおろして患部にすり込む	27
ス	酢と卵を混ぜ患部に塗る。卵黄と小麦粉と酢を混ぜ、患部につける。酢とヨモギを混ぜ患部に貼る。サトウキビの汁で作った酢を火で温め、ツボクサを砕いて加え、混ぜて患部に塗る	18
	小麦粉と卵白に酢を合わせて湿布する	4,23
スイカズラ	湯に入れて入浴する	30
スイセン	球根をすり潰し、小麦粉、酢、黒砂糖などを混ぜて練り患部に貼る	4,23,28,30
スギ	葉、実、脂を用いる。新芽を入れた風呂に入ったり、煮汁で局部を蒸したり湿布する	23
セイバンナスビ	根を太陽干しにし乾燥保存する。沸騰させた水1%に、セイバンナスビの根	21

セキショウ	の乾燥物15gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回に分けて服用する 石菖の黒焼きにタニシを搗り潰したものを搗り合わせ、酢でのべるとよく効く 石菖を揉んでつける	28 28
	全草を煎じてその液で患部を湿布する	4
	根、茎を用いる。湯に入れて入浴したり、煎じて患部につけたり、飲んだりする	23
セリ	セリの葉と食用カタツムリとを煎じて飲む	18
ソバ	ソバ粉を酒に混ぜて塗る	3,g
ダイコン	根、茎をおろして患部に貼る 大根の中1本とショウガの中1個をすりおろして布に塗り、患部に貼る。その上から蒸しタオルをのせ、温める	4,23,30 g
ダイバチ	根を茹でてつける	27
タケノコ	皮を焼いて粉にし、小麦粉を加え酢でこねて打撲、捻挫の患部に貼ると治る	28
タツナミソウ	沸騰させた水1ℓに、生のタツナミソウの全草25gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回に分けて服用する。乾燥したものは15gでよい	21
タバコ	ヤニを紙につけて患部に貼る	4
タマゴ	卵黄と小麦粉と酢を入れ、患部につける。卵と酢を混ぜて患部に塗る。茹でて卵で患部を冷やす。茹でた卵白でたたくように湿布する。茹でた卵白に酢をつけて患部をこする。卵を茹でて、黄身を酢につけたものを体に貼る	18,22b, 27
チガヤ	松の葉、ヨモギ、カラスギバサンキライと一緒に、酢と黒砂糖を入れ煎じて飲む。酒に漬けておいて飲んでよい	18
ツリフネソウ	塊根をついて塗布する	16
ツルソバ	根を煎じて飲む 沸騰させた水1.3ℓに、生のツルソバ20g、イタドリの根5g、マツバ20g、鶏のカラ骨1羽分を入れ、水が半分になるまで煎じ、それに酢1ℓを入れて飲む	18 21
ツワブキ	葉を火に炙り、柔らかくなったらちぎって患部に貼る	5,12,28
デイゴ	樹皮は太陽干しにして乾燥保存する。沸騰させた水1ℓに、デイゴの樹皮の乾燥物15gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回に分けて服用する	21
トウガン	打ち身の後まで痛くなる人や、疲れると痛くなる人に、トウガンを真二つに切り、中にアヒルの肉と骨を入れ、とろ火でたく。トウガンの中に出てくる水がよい。アヒルは後でおつゆにして食べる	18
トウフ	生トウフを温めて湿布する。トウフを焼いて患部につける。トウフを酢に入れ、患部をさする。トウフを粉にし、酢と一緒に袋に入れてあてる。ゆしどうふを酢でたき、布に包んでつける	18
トウモロコシ	黒焼きにしたものを酢で練って貼る	27
ドクダミ	葉をドロドロにしてつける	4
ドジョウ	ドジョウを裂き、患部に皮の方をあてて貼りつける	6,19,25,g
トチ	トチの実を15度位の焼酎1升到10粒ほど入れ、1月ほどおいたトチ水を使う。 車のドアに指を挟んだ時や、黒い打身のできたときは即効性がある トチの実を土用の丑の日に水へ入れてしまっておいたのをつける	27 27
	果実の乾燥したものを、粉末にして水で練り、塗る	6,13
ナス	冷蔵庫で冷やしたなすを患部にあて、湿布薬にする	g
ナワシロイチゴ	根を冬から春に掘り取り、茎葉を開花期に刈り取る。根30g、茎葉15-30gを煎じ服用する。また生をつき潰して外用する	17
ニシキギ	果実を秋に採集し、天日乾燥する。5-10gを水500ccで煎じ、1日3回に分けて服用する	11,23
ニホンシュ	タオルを日本酒に浸し、患部に当てる	g
ニョウ	子どもの尿をつける	18
ニラ	葉を揉んで出る汁を患部につける	23

ニレ	楡の甘皮をすり潰したものを、粘着性のあるものと混ぜて湿布する	23
ニワトコ	接骨木末(ニワトコ)、黄柏末を等量混ぜ水を加えて pasta 状に練ったものを綿布に5mm位の厚さに塗り患部に貼る。熱を吸収し乾いたら貼り替える	5,32
	花、つぼみ、皮を干して煎じ、この煎湯で湿布すると効果があるとされる	23,25
	卵白、ニワトコの炭を粉にしたものと小麦粉を合わせ、酢でのばしたものを貼る	27,28,30
	皮を湯に入れて入浴する	30
	枝10gを水200mlで煎じ、その液で冷湿布するか葉の搾り汁を塗る	10,28
ニンニク	ニンニクの鱗茎をすりおろしたものをつける	4,14,23
ヌルデ	果実、花を乾燥して粉末として硼砂、黄柏と混ぜて外用する	32
ネズミモチ	樹皮を搗いて塗布する。また煎じて服用する	22b
ネムノキ	樹皮の煎じた液で洗う、湿布する、入浴する	32,g
ノイバラ	乾かし砕いた偽果の煎じ汁を外用するか、生の偽果を揉んで出る汁を塗布する	13
ノカラムシ	沸騰させた水1.3ℓに、ノカラムシの生葉20g、牛肉300g、酢少々を入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回に分けて服用する	21
ノブドウ	秋になって色づいたとき採り、酢につけておいて貼る	27
ハコベ	すり潰して小麦粉と練り合わせて貼る	25
	熱湯に浸して湿布する	27
	塩で揉んで絞り汁を塗る	28
ハスノハカズラ	茎を碎き酒と水とを等量に混ぜて煎じた液で患部を洗う	6
ハマウツボ	ハマウツボの葉をすり潰したものを、粘着性のあるものと混ぜて湿布する	23
ハマナス	花卉を酒に浸すか煮詰めてエキス状にして患部に塗る	16
ハリギリ	秋に根を掘り、水洗い後、芯材を除き、根皮だけを日干しにする。5-10gに水400mlを加え、半量まで煎じ詰めたものを3回に分けて服用する	16
ヒガンバナ	ヒガンバナの根をすりおろし、そのまま小麦粉に混ぜて練り布にのばして患部に貼る	2,4,23
ヒメガマ	ヒメガマの花粉とツルソバの実を酢で練ったものを突き砕いて患部に貼る	21
ヒレザンショウ	陰干しして乾燥保存する。沸騰させた水1ℓに、ヒレザンショウの乾燥物10gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回服用する	21
ビワ	ビワ薬約30枚を水洗いし1cmに刻み水気を取ってから広口瓶に入れホワイトリカー(エタノール)を葉がヒタヒタになるまで注ぎ、2-3週間したら濾してこれを脱脂綿に浸して患部に当てる	5,13,20,32
	ビワの生葉(5枚)を度数40度以上の酒3合に漬ける。3ヶ月後から飲める。なお飲用する時にビワの葉のかずは取り出す。患部につけても効果がある	21
ビンロウジ	根は太陽干しにし、乾燥保存する。沸騰させた水1ℓに、ビンロウジの根の乾燥物15gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回に分けて服用する	21
フキ	生の根を潰して打ち身、外傷、のどの痛み以外用	32
フダンソウ	生葉(花も同じ)を茹でて水洗いして食する	21
フトナガボソウ	全草は太陽干しにし保存する。沸騰させた水1ℓに、フトナガボソウの全草の乾燥物15g、メドハギの葉の乾燥物15gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回服用する	21
フナ	フナと卵白、山芋、小麦粉を混ぜたものを患部に湿布する	23
ベニバナ	陰干しにして乾燥保存する。ベニバナの花とキクの花を適宜に煎じて温湿布する	21
ベニバナイチヤクソウ	開花期に全草を採集して、水洗い後乾燥する。1日6-15gを500mlの水で煎じ、3回に分けて飲む	16
ヘンルウダ	葉を揉んでその汁をつけるか、又は葉をアルコールか焼酎に浸してそのチンキをつける	6,22b



ホウセンカ	松の葉と一緒に、酒か酢に漬けて、それを患部につける	18
ホオズキ	ホオズキとトチの実を焼酎に漬け、1-2ヵ月置く。打撲部に湿布する	g
ボケ	果実、皮、幹を煎じて薬にする	23
マオ(アオカラムシ、 カラムシ、ラミー)	葉と一緒にアヒルを煎じ、その汁をおつゆにして食べる	18
マタタビ	湯に入れて入浴する	30
マツヤニ	松脂を煮て湯を取り替え、煮つけて飴玉のようにして食べる	27
マルヤマシユウカイドウ	全草を太陽干しにし乾燥保存する。沸騰させた水0.54%に、マルヤマシユウカイドウの全草の乾燥物15gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日2回に分けて服用する	21
ミズスギ	全草は陰干しにし、乾燥保存する。1年間使用できる。沸騰させた水1%に、ミズスギの全草の乾燥物10g、イヌカンゾウの根の乾燥物5gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回服用する	21
ミツバウツギ	果実を煎じた汁で患部を湿布する	1
ムギ	麦粉を酢で練りそれを貼りつける	30
ムラサキオモト	生葉3枚を突き砕き、それに酢を混ぜあわせ、その青汁で患部を湿布する	21
メボウキ	沸騰させた水1%に、メボウキの生葉花20gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回服用する	21
モクビヤッコウ	全草を太陽干しにし乾燥保存する。沸騰させた水1%に、モクビヤッコウの乾燥物10g、ニシヨモギの乾燥物5g、ソクズの根の乾燥物5g、ハマウドの乾燥物5gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回に分けて服用する	21
モモ	桃仁1日3-5gを煎じて3回に分けて飲む	32
ヤナギ	枝は春から秋にかけて、枝おろしをする時に切られたものをそのまま使い、細切りし、日干しして保存する。葉は、6-8月のよく繁茂したものを採取し、日干しする。その乾燥したものを30gを水1000ccで1/3に煎じた液で湿布する。また20gを入浴剤としてもよい	15
ヤナギタデ	新鮮な葉の煎じ汁で湿布する	10
ヤブカラシ	生葉を汁が出るまで揉み潰して患部に貼る。少しかぶれて痒くなったら、まずゴマ油を塗った上につけるとよい。煎じた液で罨法してもよい	17
ヤマエンゴサク	1日量5-10g、水400mlで煎じて服用する。粉末は1.5gを温湯で服用	32
ヤマブドウ	300-1200gのノブドウを1.8%の焼酎に3-4月漬ける。小麦粉と練って貼る。	2
ヤマモモ	乾燥した樹皮の粉末(楊梅皮末)を卵白だけで練って患部に直接厚く塗り、上から布で押さえる	5
	ヤマモモの果実1合を度数40度の酒0.54%に漬ける。2-3ヶ月後から飲む(飲む量はお猪口の1杯程度)。なお、6ヶ月過ぎたら果実は取り出す	21
	粉末にしたものを酢で練り、患部に塗布する	g
ヤマユリ	鱗茎をすり潰し、塩か酢を混ぜて患部に貼る	10
ユキザサ	春-秋に根茎を掘り取り、水洗いしてから日干しにする。搗き砕いて患部に塗る	16
ユキノシタ	葉を揉んで患部に当てておく	28,30
ユズ	煎じて服用する	17
ヨモギ	松の葉、カラスギバサンキライ、チガヤの根と一緒に酢と黒砂糖を入れ煎じて飲む。酒につけおいて飲むこともある。松の葉、ヨモギの葉を束ねたものを、酒に漬けて使う	18
	卵白とヨモギのつついたものとを、小麦粉で練り、患部に貼る。ヨモギをお湯につけ、炙ってからつける。酒に浸して揉み、患部に湿布する。ヨモギの葉を数本束ね、酢とともに温め、その茎の先で患部をつき、湿布する。飲んでよい	18
	葉を揉んで汁をつける	23

リュウキュウマツ	松の葉をつついて汁を出し、それを布に包んで患部を冷やす。松の葉、ヨモギ、カラスギバサンキライ、チガヤに酢と黒砂糖を入れて煎じ飲む。酒に漬けておき飲んでよい。松の葉、ヨモギの葉を束ねたものを酒につけたものを使う	18
	水1.3ℓに、生のマツバ20g、生のツルソバ20g、鶏肉300gを一緒に煮て、水が半分になるまで煎じ、さらに酢を飲める程度まで入れて、脂肪分を取り除いてから空腹時に飲む	21
ワレモコウ	生根をすり潰して塗布する	32

### 3、腫れ物、出来物

あまり現代的な名前ではないが、古来から伝わる薬草の使用法についてそのままの記載で述べる。この中には、にきびのようなものから、かなりひどい腫瘍が含まれている。現代医学的には抗生物質の適用されるものであろうが、あまりひどくないものは、下記の薬草類を試してみるのもよいであろう。

アオキ	アオキの葉を焼いて、できものに貼る	4,30,32, 33
	生のまま火で炙ってすり潰してどろどろにした物、又は、生の葉をすり潰し、それを絞った生汁を塗布する	11,27
アカシア	アカシアの刺で排膿する	33
アカメガシワ	乾燥した樹皮10-20gを水500mlで半量に煎じ1日3回服用	32
	葉100g、アケビ葉か蔓20g、スイカズラは20gを煎じて服用	32
	乾燥葉2-4gを煎じてその汁で患部を洗う。また乾燥した樹皮を1日量2-4g、水200ccで1/2に煎じて1日3回、食後30分に服用する	5,6
アキノキリンソウ	8-9月の花期に根のついたまま全草を採集し、日干しにする。10-15gに400mlの水を加え、半量まで煎じ食前30分に3回に分けて服用する	16
アケビ	皮を湯につけて入浴する	30
アザミ	陰干にした根に少し甘草を加えて煎じ、服用する	23
アズキ	小豆と黄柏(キハダ)の粉を等分に合わせ、のりで練り、患部にあてる	6
	小豆を潰して粉にして練り、患部に貼る。練る時は水よりも大根おろしを使うとよい。布などにのばしてつける	19,g
	小豆粉ともち米粉を等分に合わせ、酢で練り温めて貼る	
	アズキの生葉1掴み(20g)に、酢を適量入れて患部を湿布する	21
アズサ	葉・茎ともに釜に入れて煮詰め、粘々となったものをつける	27
アロエ	葉の片面を剥き、患部に貼り付けておく	18,20,28, 33
イケマ	濃く煎じて患部を洗う	27
イシミカワ	秋に採取、水洗いして日干しにする。全草12-30gを水400mlを加え、1/3量まで煎じ、患部を洗う。または、全草をすって粉末とし、患部に塗布する	16
イソブキ	イソブキの葉を焙り揉んで伸ばして貼る	30
イヌザンショウ	果実又は樹皮、あるいは葉を乾かし砕いて粉末にし、それに小麦粉をまぶして酢で練り、丈夫な紙か布に伸ばして貼る	6,10
イヌタデ	生葉をよく搗き砕き、患部に塗る	10
イノコズチ	生の葉とダイダイの葉を混ぜてすり潰し、酢を加えて患部に貼る	11
イブキトラノオ	粉末を酢で混ぜ患部に塗布	32

インドヨメナ	全草を陰干しにして乾燥保存する。沸騰させた水1ℓに、全草5g、チガヤの根の乾燥物5g、シソの葉の乾燥物3g、ネギの頭(10本)を入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回服用する	21
ウイキョウ	ヘクソカズラと一緒に炊いて食べる	18
ウキクサ	生のウキクサの全草を適宜つき砕き、その生汁を患部につける	21
ウコン	ウコンを削って絞る、その汁を飲ませる	18
	根を乾燥保存する。沸騰させた水1.3ℓに、根の乾燥物15g、カワラヨモギの乾燥物10g、クチナシの実・葉の乾燥物10gの混合物を入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回に分けて服用する	21
	根茎を生のまますりおろし、患部に用いる。乾燥したものは粉末にし、適宜の水を加えて練り、同様に用いる	26
ウツボグサ	7月頃、花穂を枯れる前に採集し、天日乾燥する。5-10gに甘草1gを加え、水500-600ccで煎じ、1日3回に分けて温めて服用する。(胃弱の人は長期連用注意)	11
ウド	早春、芽生え前か、あるいは晩秋、茎の枯れた時期に根茎を掘り取って水洗いし、外皮を削り取って水につけ、アクを抜いたあと十分に日干しして乾燥する。1日量10gを水500ccで半量に煎じ、3回に分けて食間に加温して服用する	15,27
ウメ	梅干しの皮を貼る	22b
ウババシラ	春-夏にかけて茎と根を採取、生のままか日干しにして使う。全草5-8gを水で煎じて服用し、またつき潰して酒と混ぜ、患部に当てる	16
エゾサルオガセ	春から秋に採集し、混ざり物を除いて日干しにする。5-8gを水で煎じ患部を洗うか、粉末として塗る	16
エゾタンポポ	白汁を腫れ物に塗布する	12
エゾニワトコ	夏に葉を採取し、陰干しにする。1日量10gを水400ccで半量に煎じ、1日3回服用する	15
エゾユズリハ	7-8月に樹皮、葉を採集して乾燥する。10gを300mlの水で煎じて患部を洗う	16
エゾヨロイグサ	秋に根を掘り起こし、ひげ根と泥を落として日干しにするか、火に炙って乾燥させる。2.5-6gを粉末とし、患部に塗布する	16
エビズル	根を煎じて飲む。汁を塗る	6,23
エンドウ	沸騰させた水1ℓに、エンドウ豆適宜とワケギの頭適宜を入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回服用する	21
オオイタビ	煎じて適量を服用する	17
オオキンケイギク	生の茎、葉を突き砕き、青汁を患部につける	21
オオケタデ	乾燥した種子を粉末にして1日6gを数回に分けて水で服用する。又乾燥した葉1枚を400ccの水で煮立てその汁で患部を洗う	5
	晩秋に全草を採集し、日に乾かし1日量15gを煎じて用いる。種子の粉末1日量6gを服用し、葉の煎じ汁で洗う	12
オオタニワタリ	オオタニワタリの生葉(1枚、胞子もそのまま使用する)を度数40度以上の酒0.5ℓに漬ける。2ヶ月後から使用できる。なお使用方法は患部につける。葉はそのまま取りださないで使用する	21
オオバコ	新芽を油と練り患部につける	30
	葉を揉んで患部につける	4,9,23,28,33
	乾燥した全草(シャゼンソウ)1日量5-10gに水300ccを加えて半量に煎じて3回に分けて食後に服用	5
	カズラの葉と一緒につける。裏から温めてすり潰し、その青汁をつける。火で炙ったものに味噌をつけ、患部に貼る。豚の油と一緒に患部に塗る。葉にアンダマース(豚脂と塩を混ぜたもの)を塗り患部に貼る。葉を2つに割り、その	18

	内部を患部につける	
	生葉を炙り患部に当てる。 ユキノシタの葉、ツワブキの葉もよい	1,22a,b, 25,27、g
オオハマボウ	芯を噛んで、粘々した汁を患部につける	18
オトギリソウ	油に漬けておいて患部につける	23
	夏から秋、果実の熟した全草を採集し、天日乾燥する。それを煎じた液で湿布する	11
	葉を揉んでつける	23
オトコエシ	オトコエシとドクダミ、ツユクサ、キキョウを加えて煎じて服用する。(妊婦で常習下痢の者は、使用不可)	17
	根や全草5-10gを水で煎じて服用する	16
オトコヨモギ	幼苗は春、花穂、全草は夏から秋にかけて採集し、乾燥する。全草は4-9gを水で煎じて服用する。幼苗、花穂は9-15gを水で煎じて服用する	16
オナモミ	茎葉の乾燥物1日量10gを水600ccで半量に煎じ、3回に分けて服用する	15
オニバシリ	樹皮を煎じて煮詰めエキス状にしてこれを患部に貼る	9
オミナエシ	オミナエシとドクダミ、ツユクサ、キキョウを加えて煎じ服用する。(妊婦で常習下痢の者は、使用不可)	17
	乾燥した根2g、シヤクヤク8gを水400ccから半量まで煎じ、1日3回に分けて空腹時に飲む	5
ガガイモ	葉の汁、又は搗き汁を塗る	10
カキ	柿の葉にドクダミの葉を包んでイロリの灰の中に入れておき、どろっとした状態になっているのをつける	23
	渋柿の渋を患部につける	23
カキ	牡蛎の殻と木炭を煮沸した湯の中へ患部を入れる	23
	酢ガキにすると解毒作用があり腫れ物、ただれを抑える	3
ガジュマル	ガジュマルの生の皮とひげをつき砕き、その汁を患部につける	21
	根、幹、葉の白い汁をつける	18,22a
カタクリ	5-6月頃葉が枯れる前に地下茎を掘り取り、外皮を除き、石臼で砕き、水を加えて綿布で濾し、数回水洗いした後沈殿した澱粉を乾燥する。その片栗澱粉を利用する	16
カタバミ	葉を揉んで得た液を度々塗る	6
カトウ	カトウの葉を揉んでつける	33
カブ	カブの根と葉に食塩を少々加え良くつき砕いたものを1日3回患部に塗る	3
カラタチ	カラタチのトゲを刺して膿を絞り出す	28
カラマツソウ	根を噛んで患部につける	27
カラムシ	生葉をつき潰してつける。早期なら昼夜付け替えると腫れが消える	17
カララヨモギ(リュウキュウヨモギ)	煎じて飲む	18
キキョウ	桔梗根1g、芍薬、枳実、各3gを粉末として混ぜ、1回量2-3gを取り、これに卵黄1個分を加えて良くかき混ぜ、白湯で飲む。1日に1-2回飲むとよい	5,13
	根の粉末5-6gを3回に分けて服用する。甘草2-3gを加えるとさらによい(煎じてもよい)	32
キク	沸騰させた水0.3ℓに、キクの生葉40gを入れ、水が半分になるまで煎じ、その汁で陰部を洗う。葉を揉んで患部につける	18,21
	生の菊の花1握りを突いて絞った汁を盃2-3杯飲む	3
キササゲ	葉をすり潰してつけるか、または煎じた汁で洗う	6
キズタ	枝葉を乾燥したものを1回に2-3g煎じて飲む	6
キハダ	煎じて湿布する	27
	キハダの皮を湯に入れて入浴するか、粉にして酢で練って貼る	30

ギボウシ	開花時期に葉を刈り取り、水洗いして青汁にする。1日3回、毎日20ccずつ飲むと効果がある。食前20分、または空腹時の服用が適当	15
	根又は茎葉をついてその汁を取り、1回2-4g位飲む	6
キャベツ	葉を貼る	27
キランソウ	生のままの茎葉を絞った汁をつける	6,9,10,32
	葉・茎に塩・酢・砂糖などを加えて揉んだものを湿布する	23
キリンソウ	葉を火に炙り、揉んで汁とともに患部につける	9
キンジンソウ	火で炙って上皮を剥ぎ、葉肉の部分の貼る	27
ギンナン	新鮮な銀杏を2つに切って患部をこすると効果的	3
クコ	陰干しにして乾燥保存する。沸騰させた水1ℓに、クコの根の乾燥物10-15g(生葉でも可)、クスノキの生葉10gと皮の乾燥物3gを入れて、水が半分になるまで煎じ、患部につける	21
クサギ	8-10月に葉を採り、日干しする。1日量15-20gを煎じ、その液で患部を洗う。また、葉を食酢に漬けておき、それを主に脚部にできたおできに貼り腫れをとる	12
クサノオウ	葉や茎の切り口から出る汁をつける。葉を塩で揉んでつけてもよい	23
クサフジ	花の時期に全草をとり、水洗い後乾燥する。煎じた液を患部に外用する	16
クマツヅラ	10-20gを水400ccで半量まで煎じその液で患部を洗う	5
クリ	イガや葉を焼いて粉にし飯で練って貼る	30
	クリの生葉をすり鉢ですり潰し、水を加えてガーゼに包み、汁をピシヤピシヤ全身に塗る	17
クリンソウ	葉の液汁を患部に塗布する	9
クワ	6月頃根を採り、水洗いして表面の褐色した外皮を削り去り、白い内皮を日干しする。10gを1日量とし、水600ccで半量に煎じ、3回に分けて服用する	15
クワイ	クワイをついたものとキハダの粉末を合わせて塗る	3
クワズイモ	中の芯をつける。根をすり潰し、塩を混ぜて塗る	18
ゲッキツ	ゲッキツの葉を煎じ、その汁で浴びる	18
ゲンノショウコ	土用の頃、よく茂った地上部を刈り取り、紐で束ねて陰干しにする(採取は花期の頃がよい)。その煎じ汁で洗う	10,23
コウホネ	生の地下茎をすりおろして患部に貼る	13
コウライテンナンショウ	生の塊茎をすりおろし、外用する	16
コナスビ	全草を採ってよく洗って乾かし、粉末にして塗る	6,9
コブシ	蕾を干し瘡毒に煎じて飲む	27
ゴボウ	葉と食塩混ぜてよく揉み、米糊を入れて患部に貼る。根をすり潰して汁をつける	2
	ゴボウかゴボウの葉をついてその汁を患部に塗ったり湿布したりする	3,23
	種子を7-8月に採集し、天日乾燥する。2-3gを水100ccで煎じ服用する	11,30
	化膿してなかなか口があかない時は、種(種苗店にある)を噛み潰してつける。同時に1回に1-2gを噛み潰してそのまま飲み込む。煎じてもよい	17,23,25
	果実を炒って1日8gを粉末にして1日3回服用。5-8gを煎じてもよい	32
	葉を火で少し炙り、患部に貼りつける	4,18,22a, 27,30
ゴマ	胡麻をすり潰し蚤取粉と半々に混ぜてつける	8
コムギ	小麦粉を酢で練ってそれを貼る	30
コメ	白米に稲の節3個を混ぜ、焙烙で真黒になるまで煎って粉末とし、これに水を加えて練り、それを稲によく含ませて腫れ物にかぶせ包帯をしておく、膿はもちろん疔の根もとれる。白米の量はどれほどでもよい	28
コヨメナ	茎葉を乾かし水煎して服用すると風熱を除き利尿剤となる	22a
コンニャク	コンニャクを黒焼きにして糊で塗る	27

サイカチ	サイカチの実の未熟なものの外皮をよく潰して塗る	28
	トゲを刻んで1日量3g位煎じて化膿性疾患(痔ろう・肋骨カリエス)の内服薬に混ぜて使用する	9
	若葉を和え物にして食べると痛まない	10
サクラ	乾燥した内皮30gを煎じて飲む	2,17
ザクロ	果皮5-10gを煎じたものでうがいする	32
ササ	笹を黒焼きにして貼る	28
サツマイモ	葉を火で炙り、揉んでつける	18
サトイモ	小麦粉にサトイモを砕いて混ぜ、酢を少し入れて捏ねてつける	18
	煮て潰し、小麦粉・生姜を混ぜて薬にする	23
	葉や茎を一晩酢に浸してから乾かし、黒焼にして患部へまぶしておく	30
サヒヨドリ	葉を揉んで汁をつける	27
サボテン	汁をつける	6
サラシナショウマ	11月頃根茎を掘り取り、ひげ根を切除し水洗いして細切りにし、日干しする。1日10g位を水600ccで半量に煎じ、この液を患部に塗布する	15
サルトリイバラ	サルトリイバラのとげを火で炙ってできものを刺して膿を出す	33
	乾燥した根茎10-15gを1日量にして水200ccで半量に煎じて3回に分けて空腹時に服用する	5,11,23,32
サンシチ	根を煎じて服用する	22a
サンショウ	葉の汁をガーゼに浸して患部に当てると膿が吸い出される。	32
シオ	患部をカミソリで切り、そのあと食塩をつける	18
シオギ	葉を柔らかくして貼る	27
ジゴクソバ	ジゴクソバをカボチャの葉でくるんで患部に貼り、さらにゴボウの葉かキャベツの葉で吸い出す	27
シコン	軟膏に混ぜて用いる	27
シダレヤナギ	ヤナギの幹、枝、葉などの部分でも良いから採集しこれを煎じた液を患部に塗る	6
シマアザミ	全草を煎じ服用する。根をつき砕いてつけても良い	22a
ジュンサイ	生の茎葉を揉んで、その汁をつける	16,g
ショウガ	すったり、砕いて患部につける。ニンニクと一緒に患部に貼る	18
シラカバ	樹皮を適時剥ぎ取り、天日乾燥する。20gを水200ccで半量に煎じ、湿布する	15
シラン	球根をよくすって塗布する	22b
ジンコウ	沈香一分、阿仙薬一分、丁子一厘を調合して貼る	28
ジンチョウゲ	葉をアルミ箔に包んでとけるまで火で炙り、患部に当てる	g
	花や葉を煎じて腫れ物の熱を去るのに洗浄剤とする	9
スイカズラ	湯に入れて入浴する	30
	忍冬(スイカズラ)を煎じて飲む 金銀花(花)10-12gもよい	5,32
スイセン	球根をすり潰し、焼酎で練ったものを用いる	25
	地下の鱗茎(玉)をすり下し、酢を混ぜ布にのばして貼る。生姜を下して加えると早く吸い出す	28,30
	球根をすり潰し、小麦粉、酢、黒砂糖などを混ぜて練り患部に貼る	23
	山芋と水仙の根を搗って貼る	25
	球根をすり潰し、麦飯で練って貼る	22b
	生の鱗茎を金属以外のおろし器ですりおろし布で搾った汁に、小麦粉を少量ずつ加えながらクリーム状に練って患部に直接貼り、上からガーゼでおさえる	5,9,23,25,32
スイゼンジナ	葉を火で炙り、豚の油と一緒に患部に塗る	18
スイバ	揉んで患部に貼る	22b,23
スギ	ヤニの玉を患部に塗る	4

スギナ	4-9月頃に緑色のものを採り、水洗いし、日干しする。乾燥したものを1日15gを水600ccで半量に煎じ、3回に分けて服用する	15
スベリヒユ	8-9月頃の晴天に、地上部を刈り取り、水洗い後2-3cm位に切り、生の茎葉をすり潰し、糊状にして塗り、包帯などで固定する。または、熱湯で茹でるか、蒸してから日干しし、乾燥した全草を10gを100ccの水で煎じた液に布を浸し、1日2-4回湿布する	15
スマレ	葉、茎をよく搗きつぶし使用する	23
セイバンナスビ	実を太陽干しにし、乾燥保存する。沸騰させた水1ℓに、セイバンナスビの実の乾燥物15gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回に分けて服用する	21
セイロンベンケイ	葉を火で炙り、つける 生葉10枚をつき砕き、それに塩少量を入れ、その絞り汁を患部につける	18 21,22a
セミノヌケガラ	黒焼きにしたものを患部に貼る	23
セリ	揉んでつける	30
センダン	沸騰させた水0.54ℓに、センダンの生葉20g、酒5勺を入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回に分けて服用する	21
センニンソウ	葉を濃く煎じてエキス状にして患部に貼る	9
センブリ	センブリの黒焼きを油に漬けてのぼしてそれをつける	33
ソテツ	生の実を割り、干して傷口につける	18
ソバ	食用とされるそば粉に食塩少量を加え、水で練って外用する 種子をすった粉を水で練って貼る	12 32
ダイコン	葉を乾して風呂に入れて入浴する 切干大根を使った料理や、タンパク質と組み合わせた料理にする	25 20
ダイコンソウ	花の咲いている全草を根ごと掘り取り、風通しのよい場所で陰干しする。根を煎じた液で度々洗うと治りが早い	13
タケ	若竹の葉を火で焙って貼る	25
タツナミソウ	沸騰させた水1ℓに、生のタツナミソウの全草25gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回に分けて服用する 全草を太陽干しにし乾燥保存する。沸騰させた水0.54ℓに、タツナミソウの全草の乾燥物15gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日2回に分けて服用する	21 21
タニシ	タニシを潰し、蕎麦粉と練って貼る	23,28,30
タネツケバナ	5月に熟した果実から干して種子をとる。1回分約2gを煎じて飲む 新鮮な葉を潰して患部に塗る	16 16
タバコ	刻み煙草の紙を貼る	30
タマゴ	タマゴに酢を入れて患部につける 卵白と小麦粉と水を混ぜて患部に貼る。卵の黄身をとって葉に包んで患部に貼る	18 18
タンポポ	根や葉を開花前に採集し、天日乾燥する。全草10gを水600ccで煎じ、1日3回に分けて服用する	11,32
チシャ	葉を揉んで出た汁をつける。葉を瓶の中に1年位塩漬けにし、それを患部につけるとよい	23
チドメグサ	葉のついてるものを採取し、軽くたたいて土を払い落とし、水洗いして日干しし保存する。10gを水500ccで半量に煎じ、1日3回に分けて服用する	15
チョウハジキ	チョウハジキと麦のヨマンとを練って貼りつける(腫れ物を早く膿ませて毒を散らせる)	25
チワフキ	チワフキの葉を貼る	33
ツバキ	ツバキの葉を炙り、汁が出てきたのを患部に塗る	23
ツバメ	ツバメの巣を乾燥して腫れ物に貼る	30
ツボクサ	植物のとげを針代りにして膿を出し、ツボクサの葉を温めて貼る	18

ツユクサ	生葉をすり潰し、汁を患部につける	10
	陰干にして煎じ服用する	23
ツリフネソウ	夏-秋に塊根を採集する。鬚根を取り除いて日干しにする。1日25-40gを酒に浸し、あるいは粉末にして服用する	16
ツルナ	花期に全草を採取し、陰干しにしたものを用いる。これを1日量10-20g煎じ、3回に分けて食事の1時間前に飲む	13
ツルムラサキ	葉を揉んで患部に貼る	18
ツルモミジ	山にあるツルモミジの葉を採ってきて黒焼きにし、その灰をつける	28
ツワブキ	火に炙って揉み患部に貼る	4,22b,23,27,28,30,32
	葉をきれいなフライパンに入れてよく炙り柔らかくしてちぎり患部に貼る。又は、生の葉を青汁が出るほどよく揉んで患部に貼ってもよい	1,2,22a
	葉を2、3枚よく洗って小さく握り潰し、フキの葉を10枚位を重ねて包み、藁で縛って竈の炊口に10~20分間入れておく。出してフキの葉を解くと、中から柔らかくところところになったツワブキが出てくるので、それを小さく丸く切った和紙にのせて貼るときれいに治る	28
テンナンショウ	天南星の根、茎をワサビおろしですって汁を塗る。生の天南星、胡椒に鹿角の黒焼きを混ぜて貼る	9,27
テンネンエン	直接患部にすり込むか、塩水をつける	19
トイシ	砥石の研ぎぐそをつける	23
トウガン	秋に種子を取り、よく水洗いして天日乾燥する。6-10gを水400-500ccで煎じ、1日2-3回に分けて服用する	11
	太陽干しにして乾燥保存する。沸騰させた水1?に、トウガンの白い肉の乾燥物20gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日2回服用する	21
トウコギ	茎、葉の煎じ汁をつける	27
トウゴマ	腫れ物の開口には生葉を火に炙り、患部に貼りつける	22a
トウネズミモチ	葉を火で焙り軟らかくして患部に貼る	10
トクサ	6-7月頃地上部を刈り取り、熱湯に3分ほど浸し、日干しする。1日量20gを水500ccで半量に煎じ、3回に分けて温めて服用する	15
ドクダミ	すり潰したドクダミをフキの葉に包んで焼き、それを腫れ物の上に貼る	1,5,25,27
	葉をフキの葉に包んで熱灰のなかに埋め、蒸し焼きでドロドロになったドクダミを紙や布にのばして患部に貼る	23,28,33
	生葉を蒸し焼きにして腫れ物に貼りつける	4,9,19,23,25,27,28,30,g
	ドクダミを煎じて飲む。生の葉をどろどろになるまで温め、できものにつける。汁をつける。	22b,24,26,27,28,30,32,33
	葉を蓆やカラタチの葉などに包んで焼いて軟膏にし、葉にする。陰干にしたドクダミを入れた風呂に入るとよい	23,28
	葉の黒焼きをふりかける	25
	熱灰の中で蒸し焼きにしてつける。葉を焼きネバを紙に貼る。葉をツワブキの葉に包んで蒸し焼きにしてつける	30
	生葉を塩で揉んで患部につける	30
	葉1日15-20gを水600mlでお茶代わりに飲むとよい	22b,30,32
	葉を患部に貼る。クコ、ゲンノショウコなどと混ぜてお茶として用いる	4
	揉んでつける。干した葉を貼る	4,30



トクナングサ	トクナングサのつゆを絞ってつける	33
ドジョウ	ドジョウをさき、患部に皮の方をあてて貼りつける。こまめに交換すると、膿が出て早く治る	19
	生きたドジョウ2匹をすり鉢ですり、皮を取り、肉の部分に黒砂糖を黒くなる位にすり混ぜ、布で包んで腫れたところに貼る	33
	ドジョウをすり鉢ですってつける	14,23
トチノキ	葉を干して粉末にしたものを飯粒で練り貼る	6
トロロ	とろろをすって貼る	28
ナズナ	ナズナを揉んでつける	33
ナタマメ	粉にしたものを吸い出しに使う	14,23
	豆果ごと刻み、味噌や酒粕に漬け、あるいは塩漬けにし保存食とする	14
ナツメ	完熟した実を貼りつける	4
ナワシロイチゴ	根を冬から春に掘り取り、茎葉を開花期に刈り取る。根30g、茎葉15-30gを煎じ服用する。また生をつき潰して外用する	17
ナワシログミ	葉をとって黒焼きにし、白粉と胡麻油を混ぜて練ったものをつける	6
ナンテン	南天の葉の煎じ湯で洗う	27
	生の葉の汁をつける	6
ニワヤナギ	茎葉の搾り汁をつけるか、又は湿布する	11
	茎葉をすり潰して患部に貼り、1日3-4回交換する	15
ニンドウカズラ	実を菜種油で炒ったものを練ってできものに塗る	25
ニンニク	数個を束にして吊るして保存する。適量のニンニクの鱗茎をつき砕いたものに、熱湯を注ぎ、その汁で患部を洗う	21
	輪切りにして患部の上からお灸する	4
	ニンニクの汁をつける。ショウガと一緒につく	18
ヌルデ	五倍子の粉末を口内の腫れ物、歯痛につける	32
	虫こぶを秋に採集し、熱湯にひたし日干しにする。10-15gに400mlの水を加え、1/3量まで煎じ患部につける	16
ネギ	ネギをたたき潰し、酢を加えて温かいうちに貼る	3
ネズミモチ	葉を煎じた液を湿布する	11
ネムノキ	樹皮を煎じて服用するか、濃く煎じて患部に塗る。湿布する。入浴する	10,27,32
	樹皮を3-5g煎じて飲み、また樹皮を煎じつめて膏薬のようにして塗る	6
ノアザミ	根の生汁をつける	11
ノイバラ	偽果が深紅色に熟す前、多少青味のあるころに日干しにする。その煎液で患部を洗う。1日量2-5g	5,16,32
ノウゼンハレン	ノウゼンハレンの生葉20g、生のモクビャッコウ20g、ノカラムシの生葉20gを混ぜ合わせてつき砕き、患部を湿布する	21
ノカンゾウ	生の根を砕いて患部に厚く貼りガーゼなどで押さえる	1
ノキシノブ	乾燥した全草を細かく刻んで瓶に入れヒタヒタになる位にゴマ油を加え1-2ヵ月おいてからこれを患部に塗る	5
ノゲシ	乳汁をつける	17
ノビル	根を黒焼きにした種油で練って貼る	23
	鱗茎や葉のついた全草を金網の上でよく焼いて粉末にしてからゴマ油で練って貼る	1,5
ノブキ	生の葉の青汁を患部に塗布する	16
ノブドウ	茎の汁をつける	27
ノボロギク	生の葉の絞り汁を患部に塗る	16,27
ハエドクソウ	花期に全草を採集し、水洗いしてから日干しにする。20gに水400mlを加え、半量まで煎じ詰め、この煎液で患部を洗う	16
ハス	ハスの白花を干して唾でしめらせて貼るか花を揉んで貼る	6

	葉、花のつぼみを蒸して陰干しにする。1日量6-12gを煎じて用いる	13
	蓮の花弁を陰干しにしたものを貼る	25
	種を焼き粉にして飯で練って貼る	30
ハチミツ	ハチミツをつける	30
	日本薬局法のハチミツ10gの中へ亜鉛粉末1gを入れてよくかき混ぜ、それをできものの上に塗り包帯などせずにその上に1日2回ずつ塗ると不思議に乾いて3日位で治る	8
ハッカ	黒く焼いてつける	27,30
ハナキリン	沸騰させた水1 $\frac{1}{2}$ に、ハナキリンの生葉20gを入れて、水が半分になるまで煎じ、1日3回に分けて服用する	21
ハマオモト	葉は2枚になっているので、これを温めると2枚にはがれる。これを(表皮)患部に貼る。芯が取れるまで3日間位取り替える。茎を火で炙り、患部に貼りつける	18
	茎の薄皮を剥ぎとったものを、適宜つき砕き、それに酢適量を入れて患部に貼る	21
ハマオモト	腫れ物でなかなか口の開かない時生葉を火に炙り、表皮をはいでうすい方を貼りつけると早く開口する	22a
ハマサルトリイバラ	根は太陽干しにし乾燥保存する。ハマサルトリイバラの乾燥物15g、エラブウミヘビを適宜味付けし、煎じ食する	21
ハリイモ	生のハリイモ1個を薄切りにしたものをつき砕き、それに酢少々を入れたものを布にのばし患部に貼る	21
ハルニレ	若枝を噛んでつけると口がつくから、その後オオバコかセンダイカブラの葉を炙って貼る	27
	皮を噛んで患部の頭に貼っておくと口がつく	27
バレイショ	おろして貼る食酢と小麦粉で練って貼る	30
ハンゴンソウ	できものの痛みに乾燥させて粉末にしたものを貼るとよい	9
ヒイラギナンテン	煎じた液で洗う	17
ヒオウギ	根茎の粉末を患部に塗布する	32
ヒガンバナ	球根をすり小麦粉と酢を混ぜ合わせ、足の裏(土踏まず)に貼る	22b,28
	鱗茎を掘り、外皮を除いたものをすりおろして和紙に塗り、冷湿布する。少し酢を混ぜてもよい	6,13,23
ヒザラガイ	貝の臓を紙につけて貼る	22b
ヒツバ	葉を黒焼きにしたものを粉末にし、種油またはゴマ油で練ってつける	6
ヒナタイノコヅチ	乾燥した根1日5-10gに水を加えて煎じて含みながらウガイする	32
ヒマワリ	開花時に黄色の舌状花を抜き取り、葉は夏に刈り取る。花15g、または葉10gを水500ccで半量に煎じ、1日3回に分けて服用する	15
ヒメアオキ	生の葉を必要な時に採取して使用する。金網の上のせ、弱火で炙ると葉が軟らかくなって黒く変色してくる。これを焦がさないように注意して取り、患部に貼って軽く包帯などで押さえる	12
ヒヨドリバナ	夏の開花期に地上部を刈り取り、水洗いの後風通しの良い場所で陰干しにする。1回量10-15gに300mlの水を加え、半量まで煎じたものを茶代わりに飲む	16
フキ	葉・茎・根を生のまま絞った汁を患部につける	10,23,28
	フキの葉を炙って柔らかくして貼る	27
	ドクダミを叩き落の葉に包んで焼灰の中で温めて貼る	22b
フシ	実を蒸し焼きにし、飯粒で練ってつける	30
ヘクソカズラ	生の葉を炙って貼る	6,9
ヘビイチゴ	春から夏にかけて全草を採取し、水洗いして土を落とし十分乾かして用いる。煎服と外用(塗る)を併用する	17

ベンケイソウ	ベンケイソウを揉んで汁をつける	14,23
	葉を温かい灰で炙り、柔らかになったら薄皮を剥いで貼る。膿が早く出る	6,28,g
ホウセンカ	花や芽の汁をつける。陰干ししておいてつけることもある	23
ホソバワダン	生葉をすり潰して貼る	17
ボタナス	黒焼にして水油で練ってつける	30
ホラガイ	蓋を焼いてつけると吸い出しに効く	25
マタタビ	湯に入れて入浴する	30
マツ	ヤニを患部へ塗る	4
マツヤニ	松脂を紙にのばして貼る	25
マムシ	捕獲して皮を剥ぎ、生の皮または干した皮を患部に貼る。竹の串に刺して保存しているマムシの皮を酢につけて、それを貼りつける	14,22b,23
	マムシ酒をつける	28
	蝮を生け捕りにし、1、2ヶ月瓶に入れ清水に漬けて腹中の糞などを排出させ、水をとりかえて良く洗い出し焼酎漬とする。この焼酎を塗る	30
ミズバショウ	生葉を当てて縛っておく	27
	葉を炙って貼る	30
ミチヤナギ	茎葉の絞り汁を塗布する	16
ミツガシワ	夏-秋に葉を葉柄ごと採集して日干しにする。乾燥した根茎9-15gを水で煎じて服用する	16
ミツバ	全草を潰して患部に塗る	16
ミョウガ	根茎をすり下ろしたものに食塩少々を加えて貼る	3
モミ	木のやにを紙にのばして貼る	27
モモ	葉を煎じてつける。風呂に入れる	25,28
ヤエムグラ	生をすり潰してつける	17
ヤナギ	枝は春から秋にかけて、枝おろしをする時に切られたものをそのまま使い、細切りし、日干しして保存する。葉は、6-8月のよく繁茂したものを採取し、日干しする。その乾燥したものを30gを水1000ccで1/3に煎じた液で湿布する。また20gを入浴剤としてもよい	15
ヤブガラシ	生の根茎を突き砕いて出てくる粘液を患部に塗る	5,6,17
ヤブカンゾウ	生根をつき潰して塗布する	17
ヤブコウジ	特に小児の頭などに出来る湿疹には、よく乾燥した根茎20gを水400ccで半量に煎じてこの煎汁で患部を洗う	5
ヤブジラミ	乾燥した果実(蛇床子)5-10gにミョウバン2-4gを加えて水150ccで煎じ、やや冷めたら脱脂綿に浸して患部を洗う	5
ヤマアザミ	葉の煎じ汁をつける	27
ヤマハハコ	春から夏に根付きの全草を採集し、乾燥する。粉末にして塗る	16
ヤマブキ	山蓀の葉を火で温め、唾液で貼る	23
ヤマブドウ	根皮をすって粉末とし、塗布する	16
ヤマユリ	鱗茎をすり潰し、塩か酢を混ぜて患部に貼る	10,33
ユキノシタ	葉を火に炙って患部に貼る	1,2,4,5,22b,23,27,30,g
	表皮を剥きとって化膿した部分につけ吸い出し薬とする	4,27
	おできには生の葉を軽く炙り良く揉んで、ドロドロにして貼り、1日2-3回乾いた頃に取り替える おできに穴が開いたら膿を押し出しドクダミの葉の汁をつける 捻挫には生葉の汁を患部に塗って冷湿布する 軽い傷には汁を絞ってつける	3
	葉を揉んで貼る	25,33
	葉を黒焼にして胡麻油で練ってつける	30

	1日量10-15gを煎じて3回に分ける。生葉を火で炙り患部に貼る	32
	生葉を火で炙り、裏側の薄い上皮を剥がして葉肉の方を患部に貼る	23,27,28
	葉を揉んで搾りその汁に亜鉛粉末か白粉を入れてドロドロにかき混ぜこれを患部に塗る	8
ユズ	ユズとスルメと一緒に煎じて服用する	17
ユリ	百合を生ですり、塩を少し入れ、痛むところにつける	27
	百合の球を蒸して紙にのばして貼る	27
ヨツバヒヨドリ	夏の開花期に地上部を刈り取り、風通しの良い所で陰干しにする。全草1回量10-15gに300mlの水を加え、半量まで煎じつめたものをお茶代わりに飲む	16
ヨメナ	1日10-15gを煎じて服用する	17
ヨモギ	全草をつき砕き、布切に包み酢で湿布すると、しこりが消えてなくなる	22a
	お風呂に入れ、ヨモギの汁で患部を洗う	18
リュウキュウアイ	青汁をつける	22a
	藍染めの着物をつける	22a
リュウキュウトロアオイ	全草を太陽干しにし乾燥保存する。沸騰させた水1ℓに、リュウキュウトロアオイの全草15gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回に分けて服用する	21
リュウノウギク	生葉を火で炙り、患部にあて布を当てる	14
レンギョウ	7-8月に果実を採集し、天日乾燥する。5gを水300ccで煎じ、1日3回内服する	11
	果実が成熟し裂けないうちに採取し、日干しにして使う。1日量3-5gを600ccの水で半量に煎じ、3回に分けて飲む	13
ワカギ	若木など焚く時出る汁をつける	30
ワクノテ	葉を揉んで少量を腫れ物の頂へ貼る	30
ワラビ	地上部は春から夏に採集し、根茎は秋に掘り上げ、日干しにする。細かく刻み、1日量10-15gに水400mlを加え、1/3量まで煎じ詰めて3回に分けて服用する	16

#### 4、かぶれ、

かぶれは、皮膚炎の一種で、何らかの刺激が皮膚に働いて起こる。この場合、触れることによって直ぐ起こる場合と、何回かの刺激によって起こることがある。漆かぶれが有名であるが、現在では、化粧品、薬品、洗剤、アクセサリ、洋服などによって起こることもある。かぶれの原因が分かれば、それを取り除く。ここに昔から使用してきた植物類を列挙する。

アロエ	汁を塗る	23
イクサ	おろして貼る	30
イケノハタ	揉み、その汁をつける	30
イチジク	果実を刻み、味噌汁に入れて飲む	14,23
イヌザンショウ	葉を初夏に採集して、天日乾燥する。その煎じ汁を湿布する	11
ウツギ	ウツギの葉を水に入れて沸かして、冷後それで洗う	27
ウルシ	漆の椀を火に炙ってつける	27
エゴマ	生のものをすり潰して塗る。生のものを煎じて患部を洗う	4
エゾニワトコ	夏に葉を採取し、陰干しにする。一日量10gを水400ccで半量に煎じ、その液を温めて湿布し乾いたら交換する。また、生葉をすり潰して小麦粉と混ぜ、	15

	練ったものを布に塗って貼る。何回も貼りかえると有効	
オオバコ	すり潰して青汁をつける	4
オシロイ	粉白粉をつける	14,23
カキ	潰した渋柿にその4倍位の水を加え、一時間ほど置いて濾して汁をとる。それを綿棒につけて傷に塗る	g
	柿渋10ccに水100ccを加えて薄め、一日2-3回服用する	11
カニ(サワガニ)	沢蟹とニラをたたいて、その汁をつける	14,23
	沢蟹をつぶして汁をつける、潰したものを貼る	4,14,22b, 23,27,28, 30,33
	蟹の煎じ汁で洗う	27,30,33
	川蟹のミノをつける	27
キキョウ	葉の生汁を絞って塗る	11,32
ギシギシ	秋、翼のある果実の煎じ汁で冷湿布する	10
キラソウ	生葉の汁を患部につける。花期の全草を天日乾燥したもので、煎じて洗う	10,11
キリ	桐の木を燃やし、炭になったらそれを粉にして油と混ぜて塗る	28
キンミズヒキ	開花期の全草を採取して乾燥させる。1日量10gを煎じ、約1/3まで煮詰めたものを1日3回に分けて服用する	12
クスノキ	葉を煎じた汁で洗う	11
クリ	生栗の煎汁を塗る。栗葉の煎汁で洗う	4,27
	栗の葉を揉んでつける。イガを煮出してその液をつける	28
	枝葉を濃く煎じ、その汁で洗浄する	4,22b
	生のまま揉んで、または煎じて患部を洗う。浴用としても使う	4,17,28, 30
	よく乾燥した葉を1握り取り水500ccで煮てこの汁が冷めてからこれで患部を洗う。乾燥葉がないときは樹皮でも良いイガを用いても良い。イガなら2個分位、又樹皮ならイガの半量程度を使用する	3,5,23, 30,g
	栗の甘皮を煎じた汁をつける	23
	生葉をすり潰すか、噛み潰して汁を塗る。葉が無い時はイガか樹皮を煎じて洗うか、風呂に入れ入浴する	17
クルミ	クルミの汁をつける	28
ゲンノショウコ	煎液をガーゼにつけ、患部に貼って冷湿布する	16
ゴボウ	ささがきにして、お風呂に入れる	g
ゴマ	胡麻油を塗る	25,30
	ごまをすり、そのまま患部に塗る	19,28
コムギ	小麦藁の灰を風呂に入れて入浴する	25
コメ	とぎ汁を患部につける	4
	米のとぎ汁の1番目を捨て、二番目を沈ませてガーゼかさらしに浸し温めてから湿布する	27
ササ	葉を浴用にすする	4
サトウ	黒砂糖を塗る	4
サンゴジュ	葉を採って火に炙りこする	18
サンザシ	生の果実の絞り汁を患部に塗布する	9,11
サンショウ	山椒の皮を煎じ、塩茶にしてなすと治る	23
	盃1杯量の果実を水3合で半量になるまで煎じ、その煎じ汁で蒸すと2-3日で腫れがひく	6
	煎じた液を塗ったり、生葉の汁をつける	22b,32
	果皮の煎じ汁を塗布する。(刺激が強いため、炎症性や潰瘍などの病気には使用しない)	5,11

シイタケ	シイタケを煎じ服用する	23
シオ	塩をつけて揉む	23
シダレヤナギ	葉を陰干しにして乾燥保存する。沸騰させた水1 $\frac{1}{2}$ に、シダレヤナギの乾燥物10g、生ウコン20g、豚の三枚肉3切れを入れて煎じ、食する	21
スギ	杉の葉を潰したものと米のとぎ汁を混ぜてつける。これをあらかじめ塗っておけば、予防になる	28
	青い杉葉をよく煎じ、その汁で洗う	27,g
	樹皮と木部の間の粉を患部につける	4
スギナ	スギナをよくすり潰し、汁をつける	10,30
	スギナを揉んで塩気を入れてつける	23
スベリヒユ	漆かぶれにはスベリヒユ、トクサ、ハッカの葉の3種類をほぼ等分に加え混ぜて煎じた液を飲む	6
	8-9月頃の晴天に、地上部を刈り取り、水洗い後2-3cm位に切り、生の茎葉をすり潰し、糊状にして塗り、包帯などで固定する。または、熱湯で茹でるか、蒸してから日干しし、乾燥した全草を10gを100ccの水で煎じた液に布を浸し、1日2-4回湿布する	15
	全草の揉み汁を患部につける	4
ソバコ	そば粉100gとミョウバン10gをかためのお粥位になるまで水と混ぜ、布または和紙に塗って患部に貼り、乾いたら取り替え、痒みがとれるまで続ける	g
ダイコン	かぶれ跡が固まったところ干した葉を鍋で煮て煮汁で患部を洗う	4
タカナ	沸騰させた水1.3 $\frac{1}{2}$ に、タカナの生葉1束を入れ、水が半分になるまで煎じ、その煎じ汁で患部を洗う	21
チンゲンサイ	チンゲンサイをつき碎いて柔らかくしたものを患部に塗る	3
ツワブキ	生葉の絞り汁を塗る	23
トウフ	揚げ豆腐を塗る	22b
ドジョウ	全体を潰して患部にすりつける	4,27
ナタネ	油をつける	30
ニラ	生葉の絞り汁をつける	11,23
	塩で揉んでつける	23,28
ニワトコ	葉を煎じた汁を度々患部に塗る	23
ノブキ	生の葉の青汁を患部に塗布する	16
ハクサイ	白菜をついてドロドロにしたものを塗る	3
ハス	ハスの生葉3枚と豚の三枚肉に水を適量入れて煎じ、患部を湿布する	21
	細かく刻んだれんこん10gに500ccの水を目安に、とろ火で1/3量になるまで煮詰め、その液を使う。塗るのは液が完全に冷めてから。回数は1日3回位	20
	乾燥葉4-10gを煎じ、その汁で患部を洗う	6,10
ハチミツ	蜜蜂の蜜をとってつける	23
ハナガラ	ハナガラ(ひよこの餌にする雑草)を煮てその茹で汁をつける	28
ハミガキコ	患部に塗る	4
ビワ	葉を煎じた汁で湿布する	23
ベニバナ	紅花を焼酎に溶かしたものを患部につける	23
モチゴメ	生のまま噛んでつける もち米をすってからよく練ってつける	4,27
モモ	桃の葉の煮汁に浸す	4,27
	桃の葉の汁を湯に溶かして塗る	22b
ユキノシタ	塩で揉んで出た汁をつける	6
	生の葉の汁をつける	11,12,23
	葉を5-6枚重ねて丸め、すりおろして汁ごとガーゼなどにのせて患部を湿布する。患部の広さに応じ、葉の量は加減する	24,26
ヨモギ	葉を陰干しにしたものを10-12gほど煎じ、かすを除いて冷やし、布きれを浸	24,26

し患部を冷湿布する  
 ヨモギの汁とお白粉を湯に溶かして塗る

22b

## 5、痒みの解消に使用する薬草

痒みは、別に治療しなくてもいいと思う人もいるだろうが、痛みよりも場合によっては辛いものである。そのため、古来からいろいろな薬草や物が使用されてきている。

アマ	種を潰し、少量の水と練り、外用する	32
エゾヨロイグサ	秋に根を掘り起こし、ひげ根と泥を落として日干しにするか、火に炙って乾燥させる。2.5-6gを粉末とし、患部に塗布する	16
エラブウナギ	2寸位切り、コンブで巻いて煎じて飲む	18
オオバコ	車前子か車前草を煎じた液で洗う	6
カニ	川カニの油を塗る	18
カワラヨモギ	茵陳蒿(カワラヨモギ)の濃厚な煎液で洗うと良い	5
ギシギシ	すり下ろした液を塗る	6
	秋の彼岸頃から冬にかけての時期に掘り取り、水洗いして細切りにし日干しする。10gを水600ccで半量に煎じ、その液を塗布する	15
クスノキ	葉をやかんに入れ、水を入れて煎じて、冷めてから浴びる	18
クルミ	未熟の果皮をすりおろした汁を患部に塗る	13
ゲッキツ	産後の子供に、葉を煎じたものを浴びさせる	18
	沸騰させた水1½に、ゲッキツの茎、葉10gを入れ、水が半分になるまで煎じ、1日3回に分けて服用する	21
シオ	手のひら1杯の塩を1升の水に溶かし、ぬるま湯に沸かして患部に塗りつける	23
シシウド	根を10-11月に掘り上げ、水洗いして天日乾燥する。5gを水300ccで煎じて服用する。(熱が高い時は、使用しないこと)	11
スベリヒユ	生の葉の搾り汁をすり込む	12
ダイコン	大根葉を風呂に入れて入浴する	17
ドクダミ	夏の土用の丑の日に採集し、煎じてお茶代わりに飲む。風呂に入れて入浴したり洗う	6,23
ハッカ	ハッカをつける	30
	葉を溶剤として用いる	32
ヒレザンショウ	葉を風呂に入れて浴びる	18
フジバカマ	乾燥した全草300-500gを細かく刻んで布袋に入れて始めに鍋で煮出してから袋ごと風呂に入れて入浴する。痒みの部分をこの袋でこすると効果的	5,32
ヤブジラミ	果実にミョウバンを少し加えて煎じた汁で洗うか、乾かして粉末にし、モグサと混ぜて絹の布で包んでタンポンにし、糸ひもをつけて挿入する。1日1回取り替える	17
ヨモギ	新鮮なヨモギの葉を揉んで患部に貼る。また新鮮なヨモギの葉を煮出して煮出し汁を塗る。あるいは、乾燥したヨモギの煮出し汁で湿布する	g
	ヨモギとヒレザンショウの葉を風呂に入れて浴びる	18
	葉50-100gを刻んで木綿の袋につめ、お風呂に入れ水から沸かす	19

## 6、傷の手当て

現代的な治療法としては、傷に対して、感染防止、止血、痛み止めなどの良い薬がある。家庭にいる時は、これらのものを利用できるが、山歩きの際、または何の持ち合わせもない時には、昔からの知恵も参考になるであろう。いずれの場合にも感染予防が必要で、家庭にあれば、オキシドール（過酸化水素水3%）アルコールなどで消毒してから殺菌力の強い薬を塗布する。最近ニュージーランドのマヌカ蜂蜜の殺菌効果が広く伝えられ、利用する人も多くなってきている。但し、UMF10以上のものでないと殺菌力があまりないか全くない。このUMFとは、ニュージーランドのモラン博士が決めた測定法で、対応するフェノール液（%）と同じ殺菌効果があるということである。UMFの付いていないマヌカ蜂蜜は普通の蜂蜜と同じ位の殺菌効果しかもたない。オーストラリアの一部の病院では、このマヌカ蜂蜜を手術後の傷口の消毒に使用している。他の殺菌剤のように組織を傷つけることなく傷口を消毒し、肉上がりをよくする理想的な民間療法であろう。家庭に一つあるとよいものである。身近なところでは、ヨモギ、アロエなどが使用しやすい。また、蒲の穂を傷口につけるのは、日本昔話の「因幡の白兔」にも書かれている。

アオキ	葉を炙って泥状にしたのを塗る 葉をつける	27,30
アカザ	生葉の絞り汁をつける	17
アカネ	10-11月、地上部が枯れ始めた頃、根を掘り起こし水洗いして2-3日日干しする。アルコール100ccに茜草根10-15gを1週間程浸したものを塗る 鼻血などの出血には乾燥した根（茜草根）を1日10gとして水200ccで半量に煎じて1日3回毎食前に服用する	13 5,10
アカヤジオウ	根茎を絞って塗る	32
アキグミ	根、あるいは果実をとって日干しにし、5-10gを煎じて飲む	16
アサガラ	アサガラを焼いた灰をつける	27
アザミ	葉の刺を採って揉んで貼る	4
アシ	秋-冬にかけ、根茎を掘り取り、根茎、地上茎の区別なく輪切りにし日干しにする。1日5-10gに水300mlを加え、半量まで煎じて飲む	16
アズキ	小豆の粉を飲む	23
アブラ	食油を塗る	27
アマ	葉を揉んで患部に外用	32
アユ	内臓を塩漬けにしたものを傷口に貼っておくと効く。塩漬けは古いほどよく効く 腸を取り、塩辛にしたウルカを飲む	23 28
アロエ	傷口を水で洗ってきれいにし、葉の切り口をすり込んでおく	20,23
イカ	イカの甲を包丁で削り、それを傷口につける 甲羅を干してそれを粉にし、傷口につける	28 23
イケマ	生の根の白汁をつける 根を患部に当て布で巻く 根を細かく切って煎じて洗う うすい石を布で包み、身体にあてて冷やし出血を止める	6,27 27 30
イシャイラズ	粘液を唾をつけて貼る	30
イシワタ	石綿を細かにしたものを使う	28
イタドリ	葉の柔らかいところを揉んでつける	4



イチゴ	葉の陰干しを黒焼きにし、油に混ぜて塗る	22b
イチヤクソウ	生葉を揉んで切り傷やその痛みにつけると鎮痛、止血の効果がある。塩を加えることもある	6,9,10,27,32
イボタノキ	イボタノキに寄生したイボタロウカイガラムシの雄が分泌する蠟を、秋に成虫となって飛び立った後、採集する。加熱して溶かし、布でこしてから固める。それを外用する	6,16
インドヨメナ	葉を適宜つき砕き、ゴマ油を混ぜて患部に塗る	21
ウコン	根茎を生のまますりおろし、患部に用いる。乾燥したものは粉末にし、適宜の水を加えて練り、同様に用いる	26
ウツギ	葉を揉んでつける	4
ウド	根の煎汁で患部を洗う	27
エゾダケカンバ	葉を生そのまま貼る	27
エゾマツ	ヤニを傷口につける	27
エゾヨモギ	生葉を揉んでつける	27
エブリコ	粉にしてつける	27
エンジュ	5-10gを水300mlで煎じて3回に飲む 歯茎や舌からの出血にはエンジュの花を煎って粉末にしてつける	32 6,32
エンドウ	生のまますって突き、傷に貼る	23
オウレン	各種出血性疾患には内服すると止血の効果がある 黄連と山梔子の等量を服用	6 32
オオキバ	葉を揉んで傷口に貼る	g
オオタニワタリ	オオタニワタリの生葉(1枚、胞子もそのまま使用する)を度数40以上の酒0.54%に漬ける。2ヶ月後から使用できる。なお使用方法は患部につけること。葉はそのまま取りださないで使用する	21
オオチドメ	傷口に生の葉と茎を揉んで汁をつける	16
オオバクロモジ	必要時に根皮を採取し、水洗いして刻み、風通しのよい日陰で乾かす。その粉末を散布する	12
オオバコ	揉んだ汁をつける	4,18,22b,23,27,28
オキナワクジャク	沸騰させた水0.54%に、オキナワクジャクの生葉20gを入れ、水が半分になるまで煎じ、その汁を患部につける	21
オグルマ	生の葉を揉んで柔らかくにしそれを患部に貼りつける	6
オトギリソウ	黒焼きにしたものを種油で練って患部につける 油に漬けておいて患部につける 35度の焼酎に浸しておいてそれで洗う。乾燥したものを煎じてその汁で洗う 新鮮な葉から絞り汁を取り患部に塗布する またはオトギリソウ10-20gに水0.3%を加えて約30分煎じその液で患部を湿布する	23 23 27 2,7,9,11,22b,23,27,32
	花を摘み取り陰干しにし、乾燥したらビンに入れて35度の焼酎を加える 花芽を1年以上菜種油に漬け、出たエキスで止血する 種にはタンニンが含まれているので止血作用がある 全体を油と練って患部につける	g 25,g 25 30
オトコジスバリ	大きな葉を傷口に貼りつける	27
オニフスベ	粉を用いる	27
ガガイモ	茎葉の切り口から出る乳液を塗布する 種子についている白毛を傷につけると止血の効果がある	15,32 6,9,15,32
カキ	切傷には柿の渋をつけるとよい 柿の葉を蒸気で蒸して陰干しにし、茶剤として飲用する	11,23,28 12
カキドウシ	葉を揉んでその汁をつける	23

カタクリ	5-6月頃、地下茎を掘り上げ皮を剥いてつき砕き、水を加えて濾過し、数回水洗いした後、乾かしてデンプンをとる。それを糊状にして塗布する	5,11
カタバミ	カタバミの葉を揉んでから、患部につける。カタバミの絞りかすをつける	18
ガマ	ガマの油を塗る	25
カマキリ	花粉(蒲黄)を傷口につける内服にもよい(1gを1日3回)	6,9,32
	全体を生そのまま油につけてその油を塗る	4
	カマキリの乾燥しておいたのを黒焼にし、粉にしたものを練ってつける	30
	創傷が化膿したら、かまきりの卵を黒焼きにして油と混ぜて貼る	23
カラシ	乾燥したものを袋に入れて温湿布として使う	g
カラスウリ	汁をつける	30
カラマツ	ヤニをつける。ナメクジを混ぜると更に良い	4
カンゾウ	根茎や根を秋に掘りあげ、水洗いして天日乾燥する。その粉末をつける	11
キカラスウリ	根を秋に採集する。水洗いしてコルク質を取り除き、天日乾燥する。3-5gを水400ccで煎じ、1日2-3回に分けて服用する	11
キク	葉を揉んでその汁を傷口につける	28
キダチアロエ	生の葉の汁をつける	12,32
キタムラタケ	つき砕いてつける	27
ギョウジャニンニク	葉を揉んでつける	27
キランソウ	全体を揉んで出た汁を塗布する。全体を揉んで出た汁をつける。	22b,23
キリ	葉を揉んでつける	28
ギンナン	犬または猫に噛まれた時には、ぎんなんを潰してその部分につける	g
キンミズヒキ	開花期の夏から秋にかけて全草を根茎とともに掘り取って水洗いし、地上部は陰干しに、根茎は2cm位に刻んで日干しにする。10gを水300ccで半量に煎じた液を患部に塗布する	6,15
	全草1日20gを水800mlで煎じる。整腸剤にもなる	32
クサノオウ	葉や茎の切り口から出る汁をつける。葉を塩で揉んでつけてもよい	6,23
クズ	外傷による出血に、葉の絞り汁をつける	10,22b
クチナシ	割って中の実をつける	22b
	果実を10-11月に採集し、天日乾燥する。5-8gを水400ccで煎じ、1日3回に分けて、温めて服用する。	11,22b
クロモジ	根を随時掘り、水洗いして根皮をとり、天日乾燥する。その粉末をつける	11,27,32
	クロモジで洗う	23
クワ	桑の根の白皮を貼る	27
クワズイモ	イモを薄切りにしたもので患部を押さえ包帯する	21
	根を潰し、塩を混ぜて患部につける	18
ゲンノショウコ	花の咲く頃採取して陰干しにして保存し、濃く煎じてその汁をつける	10,23
	揉んで汁をつける	22b
コウホネ	生の地下茎をすりおろして患部に貼る	13
	川骨(根茎)5-12gを水500mlを加えて煎じ3回に分ける	32
コケ	野良仕事、山仕事でした大怪我には、切傷へこれを巻いて応急措置にする。血をよく含んで出血を防ぐ	25
ゴボウ	ゴボウの葉を揉んでつける	4,27
ゴマ	ごまをすり、そのまま患部に塗る	19
コメ	米のとぎ水を傷口につけると膿まない	28
サイシン	葉を患部にあてて縛る	4
サクラ	皮をどろどろになるまで煮詰め、薬にする	23
ザクロ	油漬けにした果実を薬にする	23
	秋、熟した果実を採り、果皮をはぎ天日で乾燥したものを1日量3-5g煎じ、3回に分けて服用する。(飲み過ぎると腹痛、嘔吐などの副作用がある)	12

ササ	笹を揉んでつける	27
ザッソウ	雑草3種を揉んで汁をつける	30
サツマイモ	葉を揉んで患部につける。葉を七枚重ねて傷口につける	18
サラシナショウマ	11月頃根茎を掘り取り、ひげ根を切除し水洗いして細切りにし、日干しする。 1日10g位を水600ccで半量に煎じ、この液を患部に塗布する	11,15
サワヒヨドリ	葉を揉んでつける	27
サンザシ	山査子を黒焼きにして服用する	32
サンショウ	実を噛み砕き切り傷につけると治る	28
シオ	塩水を沸かして湿布する 塩をなすりつける	23 14,18,23
シオデ	葉を柔らかくして貼る	27
シマカンギク	花を油に漬け、その液を外用する	17
シモンイチゴウ	生いもの絞り汁を飲用する。1回に100g	17
シュンラン	花、実を薬にする	23
ショウチュウ	傷を焼酎で洗う	23,27
シラン	偽茎の汁をガーゼにしませる。白及(シラン)の粉を水で練ってつける 鱗茎を8-11月頃に掘取り茎、ヒゲ根を除き水洗いした後、蒸してから外皮を剥ぎ天日で乾燥させたものを、1日量3-10g水0.4ℓで半量まで煮詰めて濾したものを、または粉末を1日3回食間に服用する	32 7,11,32
シロザ	生葉の絞り汁をつける	17
ジンコウ	沈香一分、阿仙薬一分、丁子一厘を調合して貼る	28
ス	酢をつける	18,30
スイカズラ	スイカズラの葉を揉んでその汁をつける	g
スギ	茎、葉ともに陰干しにし乾燥保存する。スギの葉を煎じ、冷却してから患部に塗る	21
セイヨウノコギリソウ	6-7月頃地上部の茎葉を花ごと刈り採り、日干しにして乾かす。2cmほどに刻んだものをお湯1ℓに30g入れて煎じ、かすを除いて冷ましてから、ガーゼなどを浸して患部につける	24,26
セイロンベンケイ	生葉10枚をつき砕きつける、またはそれに塩少量を入れ、その絞り汁を患部につける	18,21
セリ	血止めに貼る	28
センコウ	線香の灰をつける	27
ゼンマイ	胞子を飲む 干しておいて出血の時つける。特にぜんまいの綿がよい	9 23,30
ソテツ	ソテツの葉を焼いて粉末にしたものに、豚脂を加えて塗る 切り傷の止血には綿を当てておくとよい	21 18,23
ダイコンソウ	根を煮出した液で患部を洗う 葉を患部に貼る ダイコン草を揉み、その汁をつける	6 27 28
タケ	竹の中の白い膜をつける	27
タバコ	煙草を吸った灰を傷薬にする。刻み煙草の粉でもよい 切り傷と止血を兼ねた場合が多いと思われるが、煙草をほぐして傷口につけると血が止まり早く治る	28 4,18,23,2 5,27, 28,30
タマゴ	噛んで傷口につける 卵黄をつける 卵白を傷口へつける 生卵の薄皮を傷一面に貼り綿布を当てて包帯し、治るまで水に漬けないで おくと多少の傷はきれいに治る	22b 28 30 8,g

タモトクソ	葉を貼る	25,27
チガヤ	白い穂を抜いて傷口にあてる	27
	若い花芽と花穂は強い止血作用があり出血時間と凝固時間を短縮する	7
	花を傷口につける。根をつける	18
	若い花穂には止血作用があるので1日3-9gを煎じて飲む	32
チシャ	葉を揉んで出た汁をつける。葉を瓶の中に1年位塩漬けにし、それを患部に つける	23
チドメグサ	葉を揉み、汁と一緒に傷の患部につけ包帯しておく。塩を少し入れるとよい 葉を揉んで貼りつける	23 4,6,12, 23,25,27, 28,30
	葉を揉んでつける。つついて患部に貼る。サツマイモの葉と一緒に揉んでつ ける	18
	葉を揉んでつける。この草が無いときは、蓬をつける。また何でも、3種の草を 揉んでつけても血が止まる	25
	チドメ草を噛み、唾液と混ぜて貼る	25
チュウゴクチャ	濃いお茶で洗う	19
ツバキ	口で噛んで粉状にしてつける	22b
ツルナ	生葉に少量の冷飯と食塩を混ぜてすり潰し、患部に貼りつけ、1日に2度ほど 取りかえる	13
ツルニンジン	茎葉を切ってその白汁を絞って患部につける	9
ツワブキ	生の葉を火で炙って柔らかくし、貼る	12,32
テイカカズラ	生の茎葉をすり潰して出る汁を患部に直接つけるか、または、煎じ汁を塗る とよい	6,13
テンネンエン	直接患部にすり込むか、塩水をつける	19
トクサ	6-7月頃地上部を刈り取り、熱湯に3分ほど浸し、日干しする。1日量20gを水 500ccで半量に煎じ、この液を塗布する	15
ドクダミ	生葉を塩で揉んで患部につける 葉を揉んでつける	30 4,11,23, 27
トチ	栃の実を乾かし、水に浸して柔らかくして削り、水に浸して浸出液で洗う	27
ナズナ	春から夏、未熟な果実をつけた全草を採取、水洗い後、日干しする。1日量 10-15gを水600ccで半量に煎じ塗布する。服用する	12,15
ナタネ	油と塩を小さな茶碗で焼いてつける	30
ナラ	葉を噛んでつける	4
ニセアカシア	生の葉の汁をつける	g
ニョウ	尿を患部にかける	18
ニラ	ニラの味噌汁で洗う ニラの葉を揉んでつける ニラと塩を混ぜて傷口につける	27 23,27 18
ニンニク	ニンニク1個をすりおろし、水で5倍に薄めてガーゼに浸して患部に当てる	g
ヌルデ	五倍子(虫こぶ)10-15gを水400mlで煎じて3回分に分ける。	32
ネギ	白根の汁をつける	23
ネコノマクラ	揉んで傷口にあてる	23
ノアザミ	掘り取って土を洗い落とし、日干しで十分に乾かす。葉でも根でも適量を煎 じ服用する	17,32
ノイバラ	根皮の煎じ汁を外用する	13
ノキシノブ	全草を太陽干しにし、乾燥保存する。沸騰させた水1ℓに、ノキシノブの全草 の乾燥物15g、黒糖適量を入れて、水が半分になるまで煎じ、1日3回に分け	21

	て服用する	
ノコギリソウ	頭花を8-9月頃切り取って日干しする。1日量15g位を水600ccで半量に煎じた液を患部に塗る	15
	葉を揉んでつける	27
	初夏に葉を採集し、天日乾燥して調製する。15gを水600-700ccで煎じ、1日2-3回に分けて服用する	11
ノブドウ	茎葉、根とを秋に採取し、水洗いして日干しにする。茎葉30-65gを煎じて服用し、煎じた汁で局所を洗う。根は15-30gを煎じるか、つき汁を局所に塗る	16
ノボロギク	全草の煎汁を切傷の洗浄剤として使用する	16
ハイ	灰や泥土をなすりつける	23
ハコフグ	肝臓をホウロクなどで煎ると黄色の飴のような油が出るが、これを保存して、傷につけると治りが早い	30
ハコベ	葉を揉んで血止めにする	28
ハコヤナギ	皮を細かく切って用いる	27
バショウ	生葉を患部につける	9
ハス	乾燥させた葉を煎じて服用する	9
ハスノハギリ	種子をすり潰し髪油で練って膏薬をつくり塗る	22a
ハチミツ	傷が膿を持つようになったら亜鉛粉末1gに蜂蜜10gを良く練り合わせ患部に塗って包帯しておく	8
ハブ	ハブ(へび)の粉を傷に塗る	g
ハマスゲ	種子を粉にして食塩を混ぜて菌茎をマッサージする	32
ハマナス	花を1回量2-5gカップに入れ、熱湯を注ぎ、5分ほど放置して飲む	g
	花弁を揉んだ汁を患部につける	6
ヒカゲノカズラ	胞子(石松子)をつける。夏に胞子のうが成長した頃に採取し、ビニール袋に入れて乾かし、振り動かして集める。サラサラしている	17
ヒメアオキ	生の葉を必要な時に採取して使用する。金網の上へのせ、弱火で炙ると葉が軟らかくなって黒く変色してくる。これを焦がさないように注意して取り、患部に貼って軽く包帯などで押さえる	12
ヒメオドリコソウ	生葉をすり潰して患部につける	15
ヒメガマ	花穂を太陽干しにして乾燥保存する。花粉とオリーブ油を混ぜて、傷などの患部につけて包帯する	21
ヒメキランソウ	生葉20gをつき砕き、その汁を患部に塗る	21
ヒルガオ	葉を揉んだ汁を患部につける	6
ビワ	葉を消毒用エタノールに漬け込み、しばらく置いた後濾す。それを消毒液として使う	g
フキ	葉、花を生のまま噛んでつける	27,30
	葉を揉んで出る汁をつける。塩を少し加えるとよい	23,28
	葉、根の汁を絞ってつける。貼る	4,23,27, 28,30,32
	露の露をつける	27
	露のとうをつける	27
ベニバナイチヤクソウ	生葉の汁を外用する	16
へび	脱殻を貼る	30
へびイチゴ	実を焼酎漬けにし、それを患部へ塗る	30
	春から夏にかけて全草を採取し、水洗いして土を落とし十分乾かして用いる。煎じて服用する	17
ベンケイソウ	葉の外皮を剥いでつけて止血する	22b
ハウセンカ	開花した花を採り、陰干しする。5-9gを水500ccで半量に煎じ、この液で湿布する	15

	葉と花を混ぜて塩を混ぜつつき、その生汁をつける	18
	花や芽の汁をつける。陰干ししておいてつけることもある	23
マツ(唐松)	傷口に直接ヤニを塗る	4
マムシ	黒焼きにしてつける	28
	焼酎漬けのマムシの皮を貼る	22b
	蝮を生け捕りにし、1、2ヶ月瓶に入れ清水に漬けて腹中の糞などを排出させ、水をとりにかえて良く洗い出し焼酎漬けとする。この焼酎を塗る	4,22b,23,27,28,30
	皮を乾かしたものを傷に貼る	4,30
マロバ	ワタを貼るとよい	27
マンサク	煎じたものをつける	32
ミズ	冷水で患部を湿布する	18
ミズゴケ	葉を乾燥しておき脱脂綿のようにして使う	27
ミノ	味噌をつける	30
ミゾバ	葉を揉んでその汁をつける	23
ムカデ	ムカデを普通の油の中に漬けておき、竹以外の切傷のところへ塗る	30
	ムカデの油を塗る。ムカデを種油に入れて、約半年以上経てドロドロになったのを用いる。焼酎漬けの液でもよい	22b,23,25,27,28,30,g
	生きたムカデの油を塗る	23
ムクゲ	1日3-6gの花の蕾を水で煎じて3回に分けて飲む	32
ムラサキ	根を掘り、土を軽くたたいて落とし、水洗いせず日干しにする。これを粉末とし、オリーブ油またはゴマ油を加えて混ぜたものを患部に塗る	13
	根を8、9月頃掘り、干したのを煎じてつける	27
メナモミ	生汁をつける	17
モグサ	切り傷の止血には綿を当てておくとよい	23
モンゴウイカ	モンゴウイカの軟骨を使う	28
ヤソウ	野草三種を一緒に揉んでつける	30
ヤマウルシ	必要時に根を採集し、日干しにする。20-30gに水500mlを加え、半量まで煎じ3回に分けて服用する	16
ヤマブキ	茎の汁を傷口に塗る	4
	山吹の葉を揉んで汁をつける	4,30
ヤマモモ	ヤマモモの果実1合を度数40度の酒0.54%に漬ける。2-3ヶ月後から飲める。(飲む量は猪口の1杯程度)。なお、6ヶ月過ぎたら果実は取り出す	21
ユキノシタ	葉の生汁を塗る	g
ヨシススキ	太陽干しにし乾燥保存する。沸騰させた水に、ヨシススキの根の乾燥物10g、シダレヤナギ10g、牛の肝臓300gを入れ食する	21
ヨメナ	生葉をすり潰してつける	17
ヨメノサラ	葉を傷口に貼りつける	27
ヨモギ	ヨモギを揉んでつける,貼る	4,12,18,19,22b,23,25,27,28,30,g
	生の葉をすり鉢などですり潰し、絞り出た汁を患部につける。かすはガーゼに塗って患部に貼るとよい。ただし消毒を忘れてはならない	20
	干して製したモグサは効く	30
	生草の汁で入浴する	4,22b,g
	蓬とヒキオコシグサの葉を揉んでつける。また同時に煎じた汁を飲む	23
リュウキュウアイ	葉を揉んでつける	18
リュウノウギク	葉を刻み、食用油につけて1ヶ月位保存したものを使用する	14

ワラビ	干しておいて出血の時つける	30
ワレモコウ	11月頃に根茎を掘り取り、ひげ根を取り除いて水洗いし、日干しする。1日量15g位を水600ccで半量に煎じ洗浄に使う 秋から冬に根茎を掘り上げ、細根が折れるまで日干しする。5-10gに300mlの水を加え、半量近くまで煎じ3回に分けて服用する	6,7,10,15 16,32

## 7、湿疹

皮膚が赤くなり、粟粒のような小結節が生じ、破れてただれが広がっていくことが多い。手当てをしないと痒くてつい掻いてしまう。これにより症状がさらに悪化してしまう。治療しないとついには皮膚が厚くなり慢性化してしまう。この掻いて悪化したものに細菌が感染して化膿することもある。着るものとしては、木綿や麻などを使用し、刺激の強い化粧品類は避ける。あまりひどくないものであれば、民間の療法を試してみるのもよいであろう。

アマドコロ	秋に根が黄変した時期に根茎を掘り取り、茎やひげ根を取り除き、水洗いしたものをすりおろし、その汁を塗布する	15,23
イシミカワ	秋に果実のついた全草を根本から刈り取り、水洗いして日干しする。10gを水500ccで半量に煎じ、その液で湿布、または洗浄する	15
イチジク	お風呂に入れる	g
イナゴ	全体を黒焼きにしたものを食用油と練って使う	4
イヌタデ	開花期の全草を地上部で切り取り、水洗いして5cm位に切断し陰干しする。1日量10gを水400ccで半量に煎じ、3回に分けて服用する。長期服用すること	15
エゾヤマザクラ	桜皮1日3-4gを煎剤として用いる	16
エンジュ	新鮮なエンジュの葉を沸騰水に入れた後、すり潰して泥状にし、消毒した患部に塗布しガーゼで覆う。これを毎日1回取り替える	10
オオバコ	オオバコを火で炙り、軟らかくして患部に貼る	33
オトコヨモギ	幼苗は春、花穂、全草は夏から秋にかけて採集し、乾燥する。全草は4-9gを水で煎じて服用する。煎じた液で患部を洗う。幼苗、花穂は9-15gを水で煎じて服用する	16
オナモミ	新鮮な葉を良く揉んでその汁を患部に塗布する	7,32
オニグルミ	葉、樹皮の煎液を湿布薬として使用する	16
オモダカ (サジオモダカ)	全草を煎じて患部につける	4
カタクリ	5-6月ころ、地下茎を掘り上げ皮を剥いでつき砕き、水を加えてろ過し、数回水洗いした後、乾かして澱粉をとる。それを糊状にして塗布する	11
カニ	カニ(浜の)の油をつける	18
キク	葉の絞り汁に酢を少々加えてつける 菊の葉や花の茹でた汁は湿疹によい	23 33
ギンギシ	秋、翼のある果実の煎じ汁で冷湿布する 妊娠中、月経中の人は使用不可。つき砕いた生根に、酢を数滴たらしてその汁を患部に塗る	10,g 21
キダチアロエ	搾り汁を塗布する	12
キハダ	キハダ末を3分し、ひとつは真っ黒に、ひとつはきつね色に、ひとつはそのまま少量のごま油で練り、患部に塗る	2

	内皮を煎じた汁をつける	23
キュウリ	きゅうりをすってその汁をつける	23,33
キンミズヒキ	開花期の夏から秋にかけて全草を根茎とともに掘り取って水洗いし、地上部は陰干しに、根茎は2cm位に刻んで日干しにする。10gを水300ccで半量に煎じた液を患部に塗布する	15
クサノオウ	乾燥した白屈菜(クサノオウの生薬名)50gを煎じてその汁で患部を洗う	5
クリ	生葉をすり潰すか、噛み潰して汁を塗る。葉が無い時はイガ、樹皮いずれでも煎じて洗うか、風呂に入れ入浴する	17
クルマバナ	クルマバナの煎じ汁をつけると痒みが止まる	23
クロモジ	根を風呂に入れる	2
コゴミ	コゴミを食べる	33
ゴボウ	乾燥葉を2握り布袋に入れ、浴用剤として用いる 葉を黒焼きにして髪油で練って軟膏をつくり塗る	16 22a
コメヌカ	米糠の油(糠を炒って熱いうちに布に包んで絞るとできる)を患部に塗る	23
サクラ	樹皮200gを水1lで半量になるまで煎じ、1日2-3回に分服する	10
ザクロ	11月頃、熟して先が開いた果実を採る。割って中の種子を除き、果皮を日干しする。その煎じ汁で患部を洗う	13
ジャガイモ	ジャガイモをすり潰してドロドロにしたもので湿布をする	3
ジンベイマツ	つるから取れる粉を付ける	4
スイカズラ	全草で風呂をたてて入浴する	6
スイバ	根をおろして酢を混ぜ、患部へつける	23
スギ	葉、実、脂を用いる。新芽を入れた風呂に入ったり、煮汁で局部を蒸したり湿布する	23
スベリヒユ	8-9月頃の晴天に、地上部を刈り取り、水洗い後2-3cm位に切り、生の茎葉をすり潰し、糊状にして塗り、包帯などで固定する。または、熱湯で茹でるか、蒸してから日干しし、乾燥した全草を10gを100ccの水で煎じた液に布を浸し、1日2-4回湿布する	15
ソバ	ソバ粉100gにミョウバン10gを混ぜ合わせて練り患部につける	3
ダイコン	大根おろしで湿布する	33
ダイコンソウ	6-7月の開花期に全草を採取し、水洗いして日に乾かして煎じ、患部を何回も洗う	12
ツチアケビ	秋に赤色の果実を採取して日干しにし乾燥させる。1日量10-15gを煎じ、約1/2量に煮詰めたもので患部を洗う ツチアケビに同量のミソハギ、イグサを混ぜて煎じて患部を洗う	12 13
ツワブキ	生の葉を火で炙って貼る	11,30
ドクダミ	生汁をつける	23,28
トチノキ	種子を潰して煎じ、その液で冷湿布する	10
トリアシショウマ	春か秋に根茎を掘り上げ、水洗い後日干しにする。煎じた汁を患部に塗る	16
ニワトコ	若芽を煎じた液で何回も患部を洗う	11
ハスノハギリ	種子をすり潰し、髪油で練って膏薬をつくり塗る	22a
ヒカゲノカズラ	胞子(石松子)をつける。夏に胞子嚢が成長した頃に採取し、ビニール袋に入れて乾かし、振り動かして集める。吸収性がなくサラサラしている	17
ビワ	よく成長したビワの大きい葉を1枚用意し、布巾などを水に濡らして汚れや細毛をこすりおとしておく。葉の表面を火で炙り熱くして患部に当て、1箇所を10回位強く押し離す。これを毎日根気よく続け、食生活でも野菜を多くとるようにすると効果も高い 葉を3枚水で煎じて患部を洗う	20 32
マメガキ	青い未熟のうちにとって蒂を除き、臼などでつき砕いて水を加えしばらく放置して布袋で搾ると生液がとれる。さらに粕に水を加え搾ると二番液、おけに密	26



	封して半年から1年たつと柿渋ができる。柿渋に布きれを浸し、患部を冷湿布する	
ムラサキ	根を掘り、土を軽くたたいて落とし、水洗いせず日干しにする。この煎じ汁で毎晩1回坐浴する	13
	10月に根を掘り上げて、水洗いしないでそのまま天日乾燥する。粉末にして、オリーブ油にまぜて外用する	11
モモ	桃の葉を日干か陰干して保存する。布袋に入れて風呂に入れる	28
ヨモギ	葉を焼いた灰をつける	11
リョクチャ	緑茶のでがらしを風呂に入れたり足につける	g
レンコン	細かく刻んだれんこん10gに500ccの水を目安に、とろ火で1/3量になるまで煮詰め、その液を使う。塗るのは液が完全に冷めてから。回数は1日3回位	20
ワレモコウ	秋から冬に根茎を掘り上げ、細根が折れるまで日干しする。5-10gに300mlの水を加え、半量近くまで煎じ外用する	16

## 8、火傷

火傷の家庭における治療の範囲はあまりひどくないもので、全身を大火傷したような時は、救急車ですぐに病院に行く方がよい。ここに挙げる生薬類は、あくまで、軽い火傷である。火傷は軽くても第一に十分清潔な流水で冷やすことである。この冷やし方次第でその後の状態が変わるほどである。洋服の上から熱湯などをかけてしまった時は、無理に剥がそうとせずに、できるところまではさみで切り取り、後は冷たく冷やすことを心がける。救急車を呼ぶ時にも出来るだけこの処置を行う。但し火傷がひどくてショック状態にあるものは安静にさせて救急車を急いで頼むのがよい。

家庭で治る範囲の火傷の現代医学的な処置はこの後抗生物質などの軟膏を使用するのであるが、それに劣らない療法が前述のマヌーカ蜂蜜のUMF 10以上のもので得られる。この場合たっぷりとした量のマヌカ蜂蜜で火傷面を多い、上にガーゼなどを当てる。蜂蜜は組織に対して他の薬のように害を及ぼさないので傷の肉上がりがよい。その他軽いものであれば、十分冷やした後にアロエのゼリー状のものを載せて冷やす、キュウリの冷却作用を利用するのもよい。ムラサキの根と当帰をごま油で練った紫雲膏は、火傷のよい民間薬である。

以下使われている療法を列挙する。

アイ	藍の汁をつける	25
アオキ	葉を油に入れて保存し、アオキ油をつけるとよい	30
	生の葉を金網の上ののせて弱火で炙って柔らかくし、黒く変色したものを貼る	5,10,27,28,30,32
	新芽を炙って貼る	2
アオギリ	枝や幹の黒焼きを粉末にしてつける	11
アサクサノリ	浅草のりを水に浸して患部に貼る	21
アブラ	種油やゴマ油をつける	22b,27
アマチャ	濃い煎じ汁で湿布する	g

アロエ	皮を剥ぎ汁を絞って塗布する。煎じて飲む 葉を熱湯にくぐらせて殺菌し、皮を薄く剥いでいく。ゼリー状の白い葉肉が出たら、これを患部に貼る。患部よりやや広めに貼り、乾く度に取り換えるとよい アロエの皮を剥いで患部につける。汁をつける	23 19,20 3,4,12, 18,23,25, 28,32
アワコガネギク	乾燥した花20gを食用のゴマ油200ccに浸し2ヶ月位経ってから使用する。この油を脱脂綿につけて患部に塗るが、花は漬けたままにしておき常備薬にすると良い。密閉して冷暗所に保存する	5
イシミカワ	秋に果実のついた全草を根本から刈り取り、水洗いして日干しする。10gを水500ccで半量に煎じ、その液で湿布、または洗浄する	15
イタドリ	果実を10、11月に採集する。15-20gを水500ccで煎じ、その液で冷湿布する	11
ウツギ	果実の煎汁又は葉の生汁をつけると効果がある 又火傷にはウツギを焼いて粉末にしそれを油で練ってつける	6
ウマブドウ	1.8%のホワイトリカーに400gのウマブドウを入れる。(氷砂糖を入れても可)必ず3ヵ月以上経ってから飲むこと。1日10cc以上飲んではいけない	g
ウリ(キウリ)	果汁で冷やす	4
エゴイモ	黒焼きを胡麻油でといてつける	28
エゾサルオガセ	春から秋に採集し、混ざりものを除いて日干しにする。5-8gを水で煎じ患部を洗うか、粉末として塗る	16
エブリコ	噛んでつける	27
オウレン	粉にしてつける	27
オタネニンジン (薬用人参)	黒いペースト状にして塗る	4
オトギリソウ	葉を35度のホワイトリカーに浸けておいてつける 花を胡麻油に漬けておき患部につける	27,g 4,27
カエル	卵を瓶に入れて腐らせて塗る	4
カキ	串柿、筍の皮、葛の黒焼きを卵白で練り、つける 渋柿の渋を患部につける	27 4,22b,23, 28
カキナ	患部に貼る	4
カタバミ	生葉をつつき、その青汁を患部につける	21
カボチャ	カボチャの汁を塗る。葉を揉んでつける	18
ガマ	ガマの穂の綿を患部に塗ると痛みも取れ治ったところから綿がはげて行き、相当深い火傷でも跡形もなく全治する	6
ガマ	6-7月頃の花期、花粉が放出される前に採り、新聞紙などの上で乾燥させて黄色の花粉を集める。花粉をふりかける	12
カラスウリ	赤い実を潰した汁をつける。酒につけておいた実を潰してつける	23
ギンギシ	葉を日にあてて揉んで患部に押し当てる	4
キジンソウ	火で炙り少し揉んで患部に貼る	g
キハダ	キハダ末をゴマ油で練って塗り、乾いたらまた塗る キハダの粉末を卵白でよく練り、団子にして日光で乾燥させる。水でどろどろに溶かして塗る	6 10
キャベツ	キハダの粉、馬油、蜂蜜をロウ、ワセリン、ネムラサキの根を搗り混ぜて塗る キャベツの葉を貼る	27 27
キュウリ	キュウリの果汁で湿布する(古いほど良い)。キュウリを腐らせその水をつける 葉を揉んでつける キュウリの水に油を混ぜ患部を覆う 充分熱したものを瓶に入れておきその上澄みをつける	4,30 4 4 4

	キュウリの芯の水をつける	28
	すりおろしてつける	28
	60cm位にのびた頃、先を切り取り瓶の中にさし込んで液を取る。それを塗る	25,27
	キュウリの口から出る汁をすりつける	4,21,22b, 23,25,30, g
キリ	桐の木の黒焼に木炭を混ぜてつける	27
キンミズヒキ	冷やした煎液に布を浸して患部を冷湿布する	16
クサソテツ	葉を焼いて粉にし塗る	27
クリ	よく乾燥した葉をひと握り取り水500ccで煎じた汁を脱脂綿に含ませて患部にその汁を搾り落とすようにして塗る	5
クルミ	クルミを砕いて炒り、黒くなって油が染み出したものを粉末にして外用する	g
クロザトウ	黒砂糖、灰、油を混ぜ合わせたものをつける	25
クワ	実を潰してつける	11
	桑の木の黒焼を胡麻の油でといてつける	27
	油をつけてから、桑の根の皮を焚いていぶす	28
ゲンノショウコ	7-8月の開花の時期に地上の全草を刈り取って水洗いをし、風通しのよい日陰に干して乾燥する。20gを水500ccで半量に煎じ、その液で湿布する	15
コウホネ	葉を用いる	28
コザカナ	小魚を潰して布にのばし、患部に貼りつける	23
コノテガシワ	葉と小麦粉を酢で練ってすり鉢ですったものを塗る	28
ゴマ	ごまをすり、そのまま患部に塗る	19
	患部を十分に水で冷やし、ごま油を塗る。生ごまをすって患部に塗る方法もある(使用する直前にする)	6,8,19, 20,23,30
コムギコ	小麦粉をそのままつける	18
	小麦粉を酢で練ったものを塗布する	23
コメ	米を噛んでつける	27
ザクロ	油漬けにした果実を薬にする	23
サケ	酒をつける	18
サツマイモ	生芋をすりおろし湿布する	4
	澱粉を水でといて貼る	18
サトイモ	生のサトイモ適量を薄切りにしたものを搗き碎き、ゴマ油で練って患部につける	21
	煮て潰し、小麦粉・生姜を混ぜて薬にする	23
	すり下して貼る	30
	茎の汁をつける	22b
サボテン	サボテンの汁を塗る	6
	平たい丸いサボテンのとげをわさびおろしでおろしてつける	28
サラシナショウマ	11月頃根茎を掘り取り、ひげ根を切除し水洗いして細切りにし、日干しする。1日10g位を水600ccで半量に煎じ、この液を患部に塗布する	15
シオ	食用油に塩を少し入れてつける	30
	塩をつける。塩をつけて火で炙る	14,18
シブガキ	汁を火傷の薬にする	23
シマカンギク	花を油に漬け、その液を外用する	17
ジャガイモ	皮をむいてすり下ろしたものを厚く塗る	3,4,20, 22b,27, 28,30,32
ジャノヒゲ	5-6月に掘り起こし、根が肥厚した部分を採り、水洗い後日に当てて乾かす。その煎じ汁で湿布する	13

シヨウユ	醤油を塗る。醤油のかすをつける	14,18, 22b,23, 25,
シヨクヨウアブラ	食用油をつける	30
シラン	鱗茎を8-11月頃に堀取り茎、ヒゲ根を除き水洗いした後、蒸してから外皮を剥ぎ天日で乾燥させたものを、粉末にし火傷には油、あかぎれには水で練って塗る	6,7,9
シロナンテン	実をすり潰して患部につける	28
ス	酢をかける	18
	酢と灰を混ぜて塗る	23,28
スギ	茎、葉ともに陰干しにし乾燥保存する。スギの葉の乾燥物を焼いたものに、卵黄を加えて粉末にし、さらに1/3のグリセリンを入れて、練ってから患部に塗る	21
	杉の木の皮を焼いてその灰をつける	23
スベリヒユ	8-9月頃の晴天に、地上部を刈り取り、水洗い後2-3cm位に切り、生の茎葉をすり潰し、糊状にして塗り、包帯などで固定する。または、熱湯で茹でるか、蒸してから日干しし、乾燥した全草を10gを100ccの水で煎じた液に布を浸し、1日2-4回湿布する	15
スミ	墨を塗る	14,23
セッカイ	石灰石を焼いて酸化カルシウムをつくる。これに食用油を混ぜたものを塗る	14,23
ソバ	そば粉を墨(或は酢)で練って紙に伸ばして貼る	4
ソバ	粉を黄色に焼いてつける	27
ダイコン	大根の種と黄柏の粉を混ぜてつける	6
	大根おろしをつける	27,30
タケ(クワノキ)	焼いて粉にし油で練って貼る	28
タニシ	すり潰して患部に塗り包帯しておく、傷痕を残さずに治る	27
タネアブラ	種油を塗る	23
タバコ	刻みタバコと動物性の油を混ぜ患部に貼る	4
タマゴ	卵10個を卵白と卵黄に分け、鍋に卵黄だけを入れ弱火にかける。混ぜると次第に固まるが混ぜ続け、黒くなり煙が出ても40分位止めないこと。炭のようになって油がしみ出し底にたまる。あら熱がとれたら、布でこし取り、ビンに詰め保存する。1日1回耳かき1杯くらい塗る	19,27
	卵殻の黒焼きを胡麻油でといたものをつけると、毛髪も生えてくる	28
	殻の薄皮を貼る	22b
	卵白と植物性の油を練り合わせ患部に塗りつける。卵白で湿布する	3,23,30
タマネギ	タマネギの汁を塗る	6,g
チシャ	葉を揉んで出た汁をつける。葉を瓶の中に1年位塩漬けにし、それを患部につけるとよい	23
チャ	番茶を粉にして油で練ったものを貼る	25
ツケモノ	漬け物を患部にあてる	4
ツチバイ	土灰を水にとかしてつける	23
ツバキ	火傷には花を乾かして粉末にしゴマ油またはツバキ油で練ってつける	6
	乾燥した葉を粉末にして胡麻油と混ぜ、患部に塗る	10
	火傷をした時椿油を塗る	23
ツワブキ	葉を火に炙って揉み出した汁を患部に貼る	22b,23, 30
	生葉の絞り汁を火傷につける	9,18,23,g
テンネンエン	直接患部にすり込むか、塩水をつける	19
テンプラアブラ	食用油をつける。冷たい油をつける	18

トウフ	味噌とともに潰してつける	30
	豆腐をすって貼るとよく冷えて跡が残らない	27,30
トウモロコシ	毛の灰を水にとかしてつける	28
ドクダミ	生の葉を炙って貼る	11
トチノキ	種子を潰して煎じ、その液で冷湿布する	10
トマト	すり潰して葉にする	23
トリアシショウマ	根を潰し、鍋に湯を入れて煮立てその湯で洗う	28
	10-11月に根茎を掘り上げ、水洗いして天日乾燥する。3gを水100ccで1回に煎じ湿布する	11
	春か秋に根茎を掘り上げ、水洗い後日干しにする。煎じた汁を患部に塗る	16
トロアオイ	10-11月に根を掘り上げ、水洗いし天日乾燥する。5-10gを水500ccで煎じ湿布する	11
	刻んだ根5-10gを水500mlで煎じて湿布する	32
ナガイモ	根をすって患部につける	4
ナシ	果実を塩漬けにして何年間も置くと黒くドロドロしたものになるが、これを患部に貼る	23
ナタネアブラ	小範囲の軽い火傷につけるとよくなる	27,28,30
ナツメ	葉を乾燥して粉末にしたものをゴマ油で練って塗る	6
ナンテン	葉の汁をつける	22b,27,g
ニドイモ	すってつける	30
ニョウ	患部に十歳以下の子のオシッコを浸した脱脂綿をあてがう	g
	尿を患部につけると治りが早い。くされた尿をつける	4,18
ネギ	白いところを貼る	28,30
ネズミモチ	葉を揉んで水分を出し、患部に貼る	g
ノアザミ	根の生汁をつける	11,32
ノリ	水ですぐ冷やし、たっぷりの水で濡らしたのりで患部を覆う。ぴったり貼りつけ、痛みが強ければさらにもう1枚、上から重ねる	19
ハイ(灰)	熱い灰を水に溶かしその上澄みをつける	4
ハス	ハスの生葉をつついて、その生汁を患部につける	21
ハチノス	黒焼きにして油で練ったものを患部につける	23,27
ハチミツ	蜂蜜を塗る	4,28
ハブ	ハブの油を患部につける	18
ヒイラギナンテン	煎じた液で洗う	17
ヒメアオキ	生の葉を必要な時に採取して使用する。金網の上へのせ、弱火で炙ると葉が軟らかくなって黒く変色してくる。これを焦がさないように注意して取り、患部に貼って軽く包帯などで押さえる	12
ビワ	実を絞って塗る	25
フキ	フキの根の汁と飯と灰を練り合わせて貼る	25
ヘチマ	ヘチマ水をつける。ヘチマの水は秋になって茎を切り、その切口を瓶の中に入れておくと、1週間位で3合(約0.5升)位はとれる	23
	夏、茎から出る液を採集する。その液をつける	11,18,28
ヘビイチゴ	実を焼酎漬けにし、それを患部へ塗る	30
ハウライチク	竹の葉のアクをつける	18
ホオズキ	絞り汁を塗る	23
マツカサ	黒焼を酢につけてつける	27
	焼いて粉にし、黒糖と練り合わせてつける	22b
ミズ	冷水で冷やす。水に患部をつっこむ	18
ミン	豆腐とともに潰して塗る	30
ミン	味噌を塗る	4,14,18,

		22b,23, 27,28,30
ムカデ	ムカデの油を塗る ムカデを食用油の中に1年以上漬けておく。この真っ黒い液をつける	25 23,25, 28,30,g
ムラサキ	根を8、9月頃掘り、乾燥して煎じその汁をつける 根を掘り、土を軽くたたいて落とし、水洗いせず日干しにする。これを粉末とし、オリーブ油またはゴマ油を加えて混ぜたものを患部に塗る	27 11,13,27
ムラサキオモト	葉で冷やす	18
モチゴメ	生のもち米を潰してつける	30
ヤマイモ	ヤマイモをすり潰して塗る	30
ヤマグワ	秋霜がおきたころの葉を日干しにして粉末にし胡麻油で練って傷口に厚く塗っておく	5
ヤマノイモ	根をすりおろしてつける。(アレルギー体質の人は不可)	11
ヤマユリ	花卉をビンに入れて密栓をしておくと、ドロドロにとける。これをガーゼなどにのばして貼る	g
ユキノシタ	葉を揉んで貼る 葉の揉み汁をつける 生の葉を炙って貼る	25 30 11,g
ユリ	白ユリの花を瓶に詰め、出た汁をつける	4
ラッキョウ	ラッキョウ漬けの汁を布に浸して湿布し、毎日取りかえると化膿しない	23
リュウキュウバショウ (イトバショウ)	葉で患部を覆う	18
ロブスターユーカリ	沸騰させた水0.54%に、ロブスターユーカリの生葉20gを入れ、水が半分になるまで煎じ、その汁で患部を洗う	21
ワレモコウ	根茎の煎じ液で洗う	10,32

## 9、虫に刺された時

虫に刺された時につける液体や軟膏はかなりよいものが日本にはある。このような民間療法を知っている必要が少なくなっているが、野原や思わぬところで蜂や毒虫にさされた時に利用してみるとよい。

アオジソ	アオジソをすり鉢ですり、それを手足塗る	g
アカザ	生葉の汁を虫に刺された時に塗る 生葉を薬用アルコールに漬けたチンキを使用する 5-6枚の葉を取り噛み潰して傷口に当て、軽く包帯で巻いておく 葉などを乾燥させ患部に塗る。葉を黒焼にしたものもよい	9,23,28 17 17 30
アケビ	刺されたところをつまんで毒を出しアケビの皮の煎じた汁をつける	4
アサガオ	葉を揉んで刺されたところに使う 葉を塩で揉んでつける 葉を3-4枚手のひらで揉むと、汁が出る。それを葉と一緒に刺されたところにすりつけると、痛みも痒みも止まる	4 2,30 9,14,22b, 23,25,28, 30
アロエ	アサガオの葉を漬けた酒を虫さされの所に塗る 皮を剥ぎ、汁を絞って塗布する	g 18,23,25, 30

イシャイラズ	粘液を唾をつけて貼る	30
イチヤクソウ	生葉の汁液を傷に塗る	g
	生の葉をちぎって水洗いし、絞り汁をつける	13
イモ	葉を揉んでその汁を塗る	25
イラクサ	毒虫にかまれたときは生の葉の汁をそのまま、あるいは塩を少し加えて揉んでつける	6
インドヨメナ	葉を適宜つき砕き、ゴマ油を混ぜて患部に塗る	21
ウマノスズクサ	根を干して煎じて飲むか酒に浸して飲めば毒虫の毒がとれる	27
ウメ	梅の仁をすり潰し、酢で練ってつける	17
ウワバミソウ	生の茎や根を使用する	16
オオオナモミ	生葉を揉んでつける	17
オオケタデ	生の葉を水洗いして揉んで青汁をとりこれを患部にすり込む	5
	生葉の搾り汁をすり込む	12
オトギリソウ	生葉の汁を塗る	14
	オトギリソウを陰干しにし、焼酎に6ヵ月程漬ける。これを温湿布にして使う	g
オナモミ	葉茎を絞った汁は犬に噛まれたときや蚊に刺された時に効果的	6,10,27,g
オミナエシ	葉を揉んで汁をつける	23
ガガイモ	葉の汁、又は搗き汁を塗る	10
カキ	渋柿をつき砕き、砂糖と練ってつける	11
	柿の渋をつける	23,27,28
	蜂に刺された時は干し柿をつける	27
	吊し柿を焼酎に漬けておいたものを貼る	28
カキドウシ	葉を揉んで刺されたところに貼る	4
カタバミ	葉を揉んでその汁をつける	23,27,g
カブ	カブの下ろし汁をつける	3
	塩漬けのかぶで痒いところを赤くなるまでこする	28
カボチャ	葉か花を揉んで患部につける	6,23,27
キク	葉を揉んでその汁をつける	4,23,28
キュウリ	熟したキュウリの汁や生の葉を揉んで塗る	3
キランソウ	山野などで虫に刺された時は葉茎を揉み潰して患部に塗る。化膿したものにも膿を出す効果がある	7,10,32
クガイソウ	新鮮な実をよく揉んで傷口につける	10
クサノオウ	葉や茎の切り口から出る汁をつける。葉を塩で揉んでつけてもよい	13,23
クスノキ	木を燃やして患部を温める	18
クソニンジン	毒虫に刺された時その生葉の汁を塗布する	9
クチナシ	松毛虫に刺された時、クチナシの実を刻み小麦粉と練って紙にのばして貼る。これをする痛みも無く、毛が抜けるという	28
クモ	潰して汁をつける	23
クロダイズ	豆の葉をすり込む	1,2
クワ、スキ	鉄製のものを蜂に刺された患部にしばらく当てておくと、痛みがとれ腫れることなしに治る	23
コウゾ	葉を揉んでなすりつける	14,23
コクサギ	生の葉を揉んでその汁をつける	6
ゴボウ	生の葉の絞り汁をつける	6,11,25
ゴマアブラ	胡麻油をつける	28
コヨメナ	葉を揉みその汁を刺された部分につける	22a
コンニャク	こんにゃくの液をつける	28
サクラタデ	茎、葉を揉み潰し、汁とともに患部にすりつける	9
サツマイモ	葉を切った時に出る白い汁をつける	18,23,27

サトイモ	茎をすりおろし水を加え、ガーゼに移す。それを患部にあて、冷湿布として使う 茎から出る汁をつける	g 23,27,28
サラシナショウマ	11月頃根茎を掘り取り、ひげ根を切除し水洗いして細切りにし、日干しする。 1日10g位を水600ccで半量に煎じ、この液を患部に塗布する	15
サンショウ	生の葉を揉んでつける。(刺激が強いため、炎症性や潰瘍などの病気には使用しない)	11,22b, 25
シオ	塩水をつける	18,28,g
シソ	葉を揉んで汁をつける。塩で揉み患部につける	23
シロザ	生葉を薬用アルコールに漬けたチンキを使用する	17
ス	酢をつける。酢で揉んで、湿布する	4,18
スイカ	スイカの皮でこする	g
スギ	若葉をすり潰して得た汁か杉の幹の内皮の液をつける	6
スギナ	スギナを塩で揉んでつける	14,23
スベリヒユ	生葉を絞った液をつける	1,2,4,5, 9,11
セッケン	石鹼を塗る。化粧石鹼より洗濯石鹼の方がよい	28
センナリホオズキ	生葉をつつき、その汁をつける	21
タバコ	ヤニをつける	23
タマネギ	揉んで汁をつける	4,6,23
チャ	野生の茶の葉を揉んで汁をつける	25
ツクサ	生葉の絞り汁をつける	2,22b
ツワブキ	生の葉をよく揉んで、その汁をつける	6,11,18, 23
トウコギ	全草を粉末にして塗抹する	22b
ドクダミ	生葉を塩とともに揉み患部につける ドクダミの汁をつける 葉を揉んでフキの葉に包んで焼き患部に貼る	9 23,25,g 25
ナンテン	生の葉の汁をつける	32
ニョウ	尿をかける	18
ニラ	ニラを揉んだ汁をつける	27,28
ニワヤナギ	葉をすり潰した汁をつける	11
ネギ	ネギの白い茎の絞り汁をつけると腫れない	28
ネムノキ	葉を揉み、その汁を手足に塗っておく	23
ノアザミ	根の生汁をつける	11,32
ノゲシ	生葉の汁をつける	17
ノビル	鱗茎を潰した汁を塗る	1,5
ハエドクソウ	花期に全草を採集し、水洗い後日干しにする。20gに水400mlを加え、半量まで煎じ詰め、この煎液で患部を洗う	16
ハチノコ	蜂の子を潰して傷口につける	g
ハッカ	ハッカの葉を揉んでつける	10,14, 23,32,28
ハブソウ	あぶ、ぶよなどに刺された時、生の葉を揉み、汁を擦り込む	1,2,5,8, 18
バレイショ	茎から出る汁をつける	23
ヒョウタン	生の葉を絞ってその汁をつける	g
ヒルガオ	生の葉をつける	16
ビワ	煎じた汁で度々洗う とっさの応急処置として、ビワの実の種子を噛み砕き、患部にこすりつける	14 20



	五月に枇杷の焼酎漬けを作っておき使用する	30
フキ	葉を揉んで出る汁をつける。塩を少し加えるとよい	15,23, 30,g
	根の汁をつける。根を煎じた液で患部を洗う	30
ブドウ	葉を揉んで傷口に貼りつける	4
ヘクソカズラ	生の葉を炙って出た汁をつける	6
	花を揉んで、汁を塗る	10
ベニバナイチヤクソウ	生葉の汁を外用する	16
ヘビイチゴ	実を焼酎漬けにし、それを患部へ塗る	30, g
ベンケイソウ	葉を揉んでその汁をつける	23,28
ヘンルーダ	生葉の汁を患部につける	9
ホウセンカ	葉の汁を患部につける	18,28,g
	花や芽の汁をつける。陰干にしておいてつけることもある	23
ホオズキ	ホオズキを揉んでその汁を塗る	25
マムシ	マムシを飲む(一晩で治った例あり)	4
ミゾカクシ	全草を揉んですり込む	6
ミチヤナギ	葉をすり潰した汁をつける	16
ミツカン	密柑の汁をつける	23
ムカデ	噛まれた時は、ムカデを潰けておいた油を塗ると腫れがひく	25,30
ムクゲ	生葉を揉んですりつける	15
メナモミ	葉を揉んでつける	10,17
モロコシソウ	沸騰させた水(適量、酒と酢と同割合)に、生のモロコシソウの全草20g、酒適量、酢適量を入れ、水が半分になるまで煎じ、患部を湿布する	21
ヤナギタデ	葉を揉んでつける	10
	生の葉を塩で揉んでから患部にすり込む	1
ヤブガラシ	茎葉の生汁をつける	6,12
ヤブタバコ	生葉を揉んで得た汁を患部に塗る	6
ヤマブドウ	潰して汁をつける	4
ユウガオ	葉を揉んでつける。蔓から採った液をつける	4
ユキノシタ	葉を焼き、裏の薄皮を剥がして貼る	2
	ユキノシタを塩揉みし、その汁をつける	23
	ユキノシタとハブソウの葉を揉んで貼りつける	25
	ユキノシタを採ってきて揉み汁をつけるとうい	30
ヨシススキ	太陽干しにし乾燥保存する。沸騰させた水に、ヨシススキの根の乾燥物10g、シダレヤナギ10g、牛の肝臓300gを入れ食する	21
ヨメナ	生汁をつける	17
ヨモギ	葉を揉んでその汁をつける。こすっただけでも違う	22a,28,30
ラッキョウ	生の汁を塗る	4
ワラビ	根を潰してこすりつける。元を折ってこする	30

## 10、しみ、そばかす

そばかすは遺伝的要素があるといわれているが、思春期ごろから目立ちだす。そして紫外線にあたることによって悪化する。紫外線の強い時の外出をさげ、帽子、傘などにより紫外線を遮るようにする。食事としてはビタミンCに富んだものを多くとる。しみは中年以後に特に目立ち、日光の照射によって悪化するが、体調の悪い時にも現れる。同じく日光

をできるだけ避け、ビタミンCを多く含む食品をとる。しみで体の異常からくるものがあるので、身体検査も忘れないようにする。民間で使われているものは次のようなものである。

アマドコロ	秋に根が黄変した時期に根茎を掘り取り、茎やひげ根を取り除き、水洗いする。縦割りにして日干しするか、一度蒸してから陰干しにする。1日量8g位を水400ccで半量に煎じ、3回に分けて服用する	15
カブ	種子をすり潰し風呂上がりの肌につける	5
カワラヨモギ	500ccの水で10分間若葉を10g煎じ、お茶がわりに飲む	g
スベリヒユ	8-9月頃の晴天に、地上部を刈り取り、水洗い後2-3cm位に切り、生の茎葉をすり潰し、糊状にして塗り、包帯などで固定する。または、熱湯で茹でるか、蒸してから日干しし、乾燥した全草を10gを100ccの水で煎じた液に布を浸し、1日2-4回湿布する	15
トウガン	果実を3cm位に刻み種子と共に水と酒で煮てそれを布袋で漉し、その汁を半分に煮詰め気長に塗り 又種子を粉末にして、桃の花を等分に加え蜂蜜で練ったものをつけるが良い	6
トウガン	同量のトウガンとモモの花を混ぜ合わせ、粉末にしたものをハチミツを加えて練り、寝る前につけて翌朝洗い落とすようにする	g
ドクダミ	十葉(ドクダミの乾燥品)15gと水500mlを鍋に入れ、約半量になるまで煎じる。こしてポットなどに保存し、お茶代わりに飲む。根を水洗いにして輪切りにし、日干しにして煎じ飲む	19
ナットウ	包丁で粗く刻み、すり鉢かミキサーなどですり潰す。1パックにつき大きじ1の割合で日本酒を加えよく混ぜる。密閉容器などに入れ、冷蔵庫で保存する。少しずつ取り出し、ねぎ、味噌、のり、大根などと組み合わせたり、味噌汁の具、あえものあえごろもとして利用する	19
ネナシカズラ	ネナシカズラのツルから汁をとり、患部につける	g
ノリ	積極的に食べる	19
パイナップル (ジュース)	パイナップル200g、リンゴ中1/2個、レモン1/4個、キャベツ100gをジューサーにかける	1
ハトムギ	実と根を薬用とする。機を見て刈り取り乾かして打ち落とし、選別し2-3日陽乾する。根は随時採集し陽乾する。ハブ茶、ドクダミを加えて煎じ服用する	17
ハトムギ	煎じて数ヶ月飲み続ける。直接潰したはと麦を塗っても効果あり	19
ヘチマ	ヘチマ水を作って使用する	21

## 11、しもやけ(凍傷)

しもやけは、手や足の末端の血液循環が寒さに対してうまく適応できず、手や足の末端が赤く腫れて痒みを伴うものであり、ひどい時にはくずれてしまう。しもやけのできやすい人は寒さ、熱さの時の動脈の収縮による体温の調節がうまくできない人に起こり、ことにこのような人は日中と朝夕の温度差の大きな冬の初めにしもやけがひどくなる。手足をよく乾燥させること、マッサージしたり、冷水と温水に交互に手を入れることにより血液の循環をよくすることなどを実行したうえで次のような民間療法もある。

アオイシ	日で焼いた青石で患部をさすっておくと再びかからない	23
------	---------------------------	----

アオキ	生の葉を金網の上ののせて弱火で炙って柔らかくし、黒く変色したものを貼る	32
アカウガラシ	アカウガラシ3-4本をちぎって綿にくるみ、靴の中に入れておく	g
アケビ	干しておいて風呂に入れる	4
	洗っておろして貼る	28
	あけびの実のからを干しておき、これを煎じて汁をつける。干した実の殻を黒焼にして粉にし、食用油で練って貼る	30
アサガオ	茎を根元から切り、葉とともに日光にあて、よく乾かしたものを濃く煎じる。煎じ汁が熱いうちに布に浸して患部にあてる	13,23
アザミ	アザミを用いる	23
アロエ	葉の液をつける	23,33
イチョウ	イチョウの落葉を煎じて、しもやけに塗る。銀杏の果肉でもよい	g
	イチョウの青い葉を陰干しにし、これを煎じた汁で温湿布する	g
ウマブドウ	35度の酒でウマブドウを漬け、その汁を塗る	g
ウメ	黒焼きにして潰し、黒砂糖を加えてよく練り患部に貼る	23
	梅漬の汁を毎日3、4回塗る	30
ウリ(キウリ)	果汁をつける	4
エゴマ	実を噛んで患部につける	4
オニグルミ	未熟な果実をすりおろし、患部にすり込む	12,16
カキ	柿蒂を煎じた液で患部を洗う	6
	渋柿の渋を患部につける。湯上りにつけるとよく効く	23
	渋柿の陰干しを煎じてつける	22b
カブ	根をおろしたものを患部に厚く塗って軽くガーゼを当てて包帯するか、根を焼くと出てくる汁を塗っても良い	5
	葉で患部を包み蒸し焼きにし、絞って汁をつける	4,30
カラスウリ	カラスウリの種子を湯に入れて、手足を洗う。カラスウリを入れて同様にする。	23,33
	カラスウリを潰して汁をつけたり、貼り付ける。焼酎に漬けてその液をつける	
	秋に黄色の果実がなるので、それを採ってそのままつけたり、干して皮の黒焼をつくってしもやけに貼る	27
	カラスウリを潰して一昼夜以上湯、または酒に漬けたものを塗る。潰したものをすり込む	28
	果汁、果肉を患部に塗る	4,5,22b, 23,30
カリン	カリンをつける	27
キカラスウリ	実を黒焼きにしてゴマ油で練って患部につける	g
キク	菊を粉にしてつける	33
キハダ	エキスを溶かして患部へつける	4
キブシ	果実を煎じた液で患部を洗う	16
キンジンソウ	葉を火で炙ってつける	27
クチナシ	実を潰してつける	23
	実を焼石に入れて出た汁をつける	22b
クロザトウ	黒砂糖をしもやけに擦りつけると効く	28
ケモモ	秋に葉を採り、煮詰めて汁をつける	4
ゲンノショウコ	7-8月に茎葉を採集し、天日乾燥する。煎じた液で洗う	11
サイハイラン	根茎を煮てやわらかくしたものをさらによく練り、板につけて干す。これを粉末にして、ワセリンとよく混ぜ合わせて外用にする	11
ザクロ	花を乾かして粉末にしたものを塗る	6
	実を菜種油(胡麻油でもよい)に漬けておいてつける	30
サケ	しもやけの赤くなったところや割れ目につけるとくずれない	28

	湯上がりの時患部につける	4
サトイモ	サトイモの皮を剥きすり潰してゴマ油で練ったものをつける	3
サンショウ	葉を煎じた液につける. 飲む	28,g
シイタケ	干しシイタケの煎じ汁を温めて患部を電法する	23
ジャガイモ	芋をすってその汁をつける	4
ショウガ	葉の陰干しを煎じてつける	22b
	生姜の絞り汁を温めて患部を電法する	23,27,g
ショウブ	煮出し汁をつける	4
ショウユ	患部を温め、醤油を塗って乾かす。痒みが即座に止まり、続けると治る	28,g
シラン	根をすり潰した汁を塗る	23
ス	しもやけの赤くなったところや割れ目につけるとくずれない	28
スイセン	根をすって小麦粉と練り貼る	28
スギ	葉の煎じをつける	4
	葉、実、脂を用いる。煮汁をつける	23
	風呂の中へ杉の葉を入れて温めると効く	28
セキショウ	陰干しを煎じてつける	22b
セリ	生の葉を揉んで患部を塗る	g
センダン	果肉を潰して塗る	23
	センダンの果実をしもやけの薬にする。煎じたり、黒焼きにして油で練ったり、酒に漬けたりして患部につける	22b,23
	実を酒で煮てその液を塗る	25
ソラマメ	葉を揉んで少量の塩を混ぜ患部に貼る	28
ダイコン	ダイコンおろしを患部につけて湿布する	22b,23,
		25,30
	ダイコンを輪切りにし、火で炙って患部にあてる	g
タケ	長さ3節ぐらいの青竹を2つ割にし、先に火をつけて下に皿を受けておく。ポツポツと竹の油が落ちる。この油を塗りつける	14,23
タコ	タコの茹で汁を温めた湯に患部を浸す	23
タバコ	刻み煙草の煎じ汁をつける	23,28,30
ツチナシ	果実をつける	14
ツワブキ	生の葉をよく揉んで、その汁をつける	11,23,28
トウガラシ	赤トウガラシを湯の中にちぎって入れ、その中に患部をつける。赤唐辛子を履き物に入れる	1,2,30,33
	唐辛子を煎じその湯気を痒いところにあてる	3,22b,28,
		30
	トウガラシを焼いて粉状にしたものを、患部に当てる	g
	トウガラシの粉末とタルカムパウダーを混ぜ合わせて靴下の中に入れておく。ショウガ30gとシナモンスティック2本を1リットルの温水に入れ、硫酸マグネシウム250gをこれに溶かし、1日1回足湯を使う。液は4-5日使える	g
トウキ	葉を煎じた液で洗う	11
ドクダミ	濡らした白紙に葉を包み火鉢の灰に埋めて蒸し焼きにし、どろどろになったものを紙にのばして貼ると傷跡が残らず治る	28
トチ	トチの樹皮を乾燥させたものが効く	27
	秋に採取した種子を日干しにし、煎じた液を患部に塗る	7
	果実を粉末にして湯で練り、貼る	11
ナス	ナスの根を乾燥して煎じて飲む。ナスの枯れた茎を煎じてその汁をつける	22b,33,g
	乾かしたヘタを煎じた汁で患部を洗う これにネギの白根を加えて煎じた汁は特効がある	6,30
	しもやけで手足が腫れるとナスの木を煎じて塗る	23

ナツミカン	ナツミカンの汁を風呂から上がって塗る	22b
ナツメ	熟した果実の果肉をすり潰して塗るか、葉や実を煎じて湿布する	6
ナマコ	茹で汁に浸す	30
ナメクジ	寒中のナメクジに胡麻油をかけて溶かしてつける	28
ニンジン	食用人参をすりおろして湯煎で温め、ガーゼに包んでマッサージをする	g
ニンニク	おろし汁を温湯に入れてつける	22b
ヌルデ	11月に虫エイを集め、そのままか、蒸して天日乾燥する。煎じた液をつける	11
ネギ	ネギの白い部分を水で柔らかくなるまで煮て、その汁を寝る前に患部に塗り、15分後に洗う	6,23,33
ヒヨドリジョウゴ	潰してつける	22b
ヘクソカズラ	生の果実を洗って水気を切ってから出来るだけ細かく潰して果実1対市販のハンドクリーム5位の割合でよく練り合わせ患部に厚く塗る。ガーゼを当てて軽く包帯しておくが朝夕2回位取り替える	5
	果実を潰して寝る前に患部につける	6
ヘチマ	ヘチマ水をつける。ヘチマの水は秋になって茎を切り、その切口を瓶の中にいれておくと、1週間位で3合(約0.5 $\frac{1}{2}$ l)位はとれる	23
ホウズキ	実を瓶に入れ腐らせて患部に塗る	4
	果実の汁をつける	4,23,28, 30
	ホオズキの実を潰してガーゼで絞り、酒を混ぜてつける	33
マツ	松の葉を入れた湯に患部をつける	33
マムシ	焼酎漬けをすり込む	27
ミカン	ミカンの煎汁をつける	4
	ミカンの皮を湯に入れて軽くこする	28
	患部が浸る位の湯の中に皮を適当に刻んで入れ、一度煮てなるべく熱いうちにつける	g
ミン	焼き石の湯で味噌汁を作り患部を浸す	4
	味噌を塗るとよい	30
ミヤマトウキ	葉を浴用剤として風呂に入れる。または葉の煎液で患部を洗う	16
ミョウガ	茎の煮汁をつける。葉の煎汁をつける	4
ミリン	しもやけの赤くなったところや割れ目につけるとくずれない	28
ムカデ	ムカデ油をつける	30
ムギ	葉を塩で揉み汁をつける	30
ムラサキ	根を掘り、土を軽くたたいて落とし、水洗いせず日干しにする。これを粉末とし、オリーブ油またはゴマ油を加えて混ぜたものを患部に塗る	13
ヤナギ	枝は春から秋にかけて、枝おろしをする時に切られたものをそのまま使い、細切りし、日干しして保存する。葉は、6-8月のよく繁茂したものを採取し、日干しする。その乾燥したもの30gを水1000ccで1/3に煎じた液で湿布する。また20gを入浴剤としてもよい	15
ヤマノイモ	根をすりおろしてつける。(アレルギー体質の人は不可)	11
ユキノシタ	火で炙り、葉の裏を薄く剥いたものを貼る	4,28,30
	葉を揉んでその汁をつける	23,25

## 参考文献

- 1) 「食べる漢方大百科」伊澤一男他2人監修、講談社、1984
  - 2) 「身土不二・薬草百科」伊奈伸太郎著、アルファ出版、1995
  - 3) 「台所の漢方」金森養斎他著、緒方出版、1992、3月
  - 4) 「信濃の民間薬 くすりのルーツを探る」信濃生薬研究会編、医療タイムス社、1990、6月
  - 5) 「薬草カラー図鑑」(わたしたちの健康別冊)主婦の友社、1978年5月
  - 6) 「薬になる植物Ⅰ、Ⅱ」佐藤潤平著、創元社、1981年2月
  - 7) 「身近な薬草百科」水野瑞夫著、リバティ書房、1993年8月
  - 8) 赤本「家庭における実際看護の秘訣」築田多吉著、研数広文館、増補新版、1994年8月
  - 9) 「実用の薬草」栗原愛塔著、昭和出版社、1967年5月
  - 10) 自然百科シリーズ「宮城の薬草」近藤嘉和著、河北新報社、1993年11月
  - 11) 増補「とやまの薬草」森田直賢著、北日本新聞社、増補版1994年5月
  - 12) カラーガイド「新潟県の薬草」(社)新潟県薬剤師会、新潟日報事業社、1987年9月
  - 13) 「岡山の薬草」奥田拓男監修、山陽新聞社、1982年11月
  - 14) 「岡山文庫175「岡山の民間療法(上)(下)」鶴藤鹿忠、竹内平吉郎著、日本文教出版、1995年7月
  - 15) 最新版「北海道薬草ブック」後藤正章著、共同文化社、1995年6月
  - 16) 「北海道薬草図鑑」山岸喬著、北海道新聞社、1992年10月
  - 17) 「続・九州の薬草」高橋貞夫著、葦書房、1988年3月
  - 18) 「沖縄民俗薬用動植物誌」前田光康、野瀬弘美編集、飛永精照監修、ニライ社、1989年4月
  - 19) 「元気の智慧袋 くすりになる野菜・くだもの」大塚滋監修、創元社、1990年
  - 20) 「民間療法大全」マガジンハウス
  - 21) 「沖縄薬草百科」多和田真淳、大田文子著、新星図書出版、1985年11月
  - 22) 「九州・沖縄の民間療法」佐々木哲哉他著、明玄書房、1976年10月  
このうち沖縄篇を22a、九州篇を22bとしてある
  - 23) 「中国・四国の民間療法」坂田友宏他著、明玄書房、1977年3月
  - 24) カラーブックス「薬になる植物」難波恒雄・久保道德、保育社、1972年1月
  - 25) 「近畿の民間療法」倉田正邦他著、明玄書房、1976年12月
  - 26) 「薬草手帳」上、下、田中孝治著、平凡社カラー新書、
  - 27) 「北海道・東北の民間療法」渋谷道夫他著、明玄書房、1977年1月
  - 28) 「関東の民間療法」上野勇他著、明玄書房、1976年10月
  - 29) 「日本薬草全書」水野瑞夫監修、新日本法規、1995年2月
  - 30) 「中部の民間療法」杉原丈夫他著、明玄書房、1966年9月
  - 31) 「薬食健康法事典」(別冊壮快)マイヘルス社編、講談社、1976年2月
  - 32) 「あきたの民間薬」
- g) 清泉女子大学学生アンケートの使用法