薬局だより

2025 年 5 月

春の薬木　モモ：バラ科

生命の息吹を感じる季節となりました。
日本の美しさ、日本の季節をあらわす花として愛されている花の一つであるモモについて紹介します。

モモの花の言い伝え

モモの花の咲く季節は、春 3 月後半～5 月、ソメイヨシノよりも少し早くに咲き始めます。

桃の花をひな祭りに飾る理由は、旧暦のひな祭りの頃にちょうど咲いていたからです。旧暦の 3 月 3 日は今のグレゴリオ暦とおよそ 1 か月ずれるため、現在の 4 月に当たります。

昔の中国では、桃は霊力のある木とされていました。桃の花は強い陽の気で邪気を払い、桃の枝で作った杖や弓は霊力を持ち、桃の果実は不老長寿の果物と信じられ、医療や呪術、まじないに利用されていたそうです。

「桃太郎」の鬼退治の話のように、古来よりモモは邪悪を払う力があるものと考えられていたようで、理想郷を桃源郷と呼ぶのも、モモに守られた世界からでしょう。

薬用としてのモモ

桃の実(果肉)は、食物繊維やペクチンを豊富に含み整腸や便秘に効果があります。

桃仁（トウニン）

モモの果実の核の中にある種子を、生薬の「桃仁（トウニン）」と呼び、消炎性の駆瘀血薬（くおけつやく）といって、血液の滞りをなくし、血液の循環をよくする働きがあり、桂枝茯苓丸や桃核承気湯といった婦人の更年期障害、月経不順、血の道症などを改善する漢方処方に配合されています。

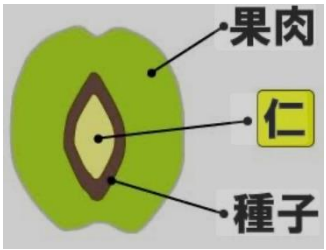
白桃花（ハクトウカ）

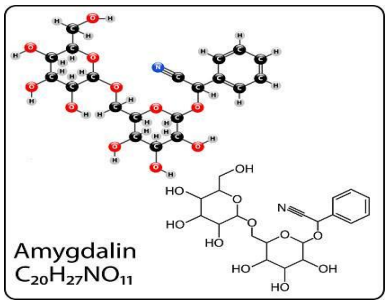
開花前のつぼみを乾燥させたものを生薬では「白桃花（ハクトウカ）」と呼び、緩下剤として用いますが、作用が強いため虚弱者や妊婦は気をつける必要があります。

桃葉（トウヨウ）

モモの葉は「桃葉（トウヨウ）」と呼び、消炎や抗菌作用があるタンニンやフラボン類が多く含まれており、日本では浴湯料としてよく知られ，刻んだ葉を風呂に入れて夏場のあせもや湿疹，かぶれなどに用います。頭のふけには煎液で洗います。

成分のアミグダリンは青酸配糖体『毒も少量を上手に用いれば薬に転じる』





アミグダリンは、モモやビワ、ウメやアンズなどの身近な果物の未熟果実の種子にある仁〈じん〉という部分に多く含まれている青酸配糖体です。これが分解されると【ベンズアルデヒド】（独特の甘い香りのもと）、【青酸】（推理小説やドラマでおなじみの有毒成分）、【糖】（グルコースなど）ができます。

アミグダリンの毒性の原因であるシアン化水素は、ごく少量であればミトコンドリアの酵素の作用によって、毒性が弱く排泄されやすい形に変換されるため、薬として利用できます。

アミグダリンを含む果物は安全なの？

果肉中のアミグダリンは果実の成熟に伴って酵素による分解で糖に変わり消失していきます。そのため、熟した果肉を食べる場合には未熟果実のような心配はありません。熟れる前の青い果実を生のまま食べたり、極端に大量摂取したりすると青酸中毒を招く恐れがあるので注意が必要です。

桃仁が含まれる漢方薬

桃核承気湯（トウカクジョウキトウ）：血流をよくしてイライラや不安感を鎮める

配合生薬：桃仁（トウニン）、桂皮（ケイヒ）、大黄（ダイオウ）、芒硝（ボウショウ）、甘草（カンゾウ）

のぼせ気味、便秘がちで、「気」という体をめぐるエネルギーが違った方向に流れる「気逆（きぎゃく）」をともなう人に向きます。月経不順や月経困難症、月経痛、月経時や産後の精神不安のほか、腰痛、痔、打撲などに用いられます。高血圧の随伴症状の頭痛・肩こり・めまいの改善にも用いられます。

※気逆（きぎゃく）とは気の循環が乱れ、下降しなければならなかった気が逆流し上昇してしまう状態を指します。気逆の主症状としては頭痛、めまい、動悸、激しい咳、呼吸困難、吐気や嘔吐、ゲップなどが挙げられます。

桂枝茯苓丸（ケイシブクリョウガン）：「瘀血（おけつ）」を改善する産婦人科の漢方

配合生薬：桂皮（ケイヒ）、芍薬（シャクヤク）、桃仁（トウニン）、茯苓（ブクリョウ）、牡丹皮（ボタンピ）

典型的には、体力が中以上で、赤ら顔、のぼせやすいのに足が冷え、下腹部が張る感じがする人に向く薬で、月経異常、更年期障害などに用いられます。頭痛、肩こり、めまいなどにもよく処方されます。 また、昔からにきびや、しみをはじめ、湿疹・皮膚炎、しもやけなど、皮膚のトラブルにも用いられています。

※「瘀血（おけつ）」：血の循環が悪く流れが停滞した状態をいいます。

参考文献

日本家庭薬協会、日本薬学会、東京生薬協会ホームページ
国立研究開発法人　医薬基盤・健康・栄養研究所ホームページ
ツムラ医療用漢方製剤手帳