

1) ドクダミ=十薬

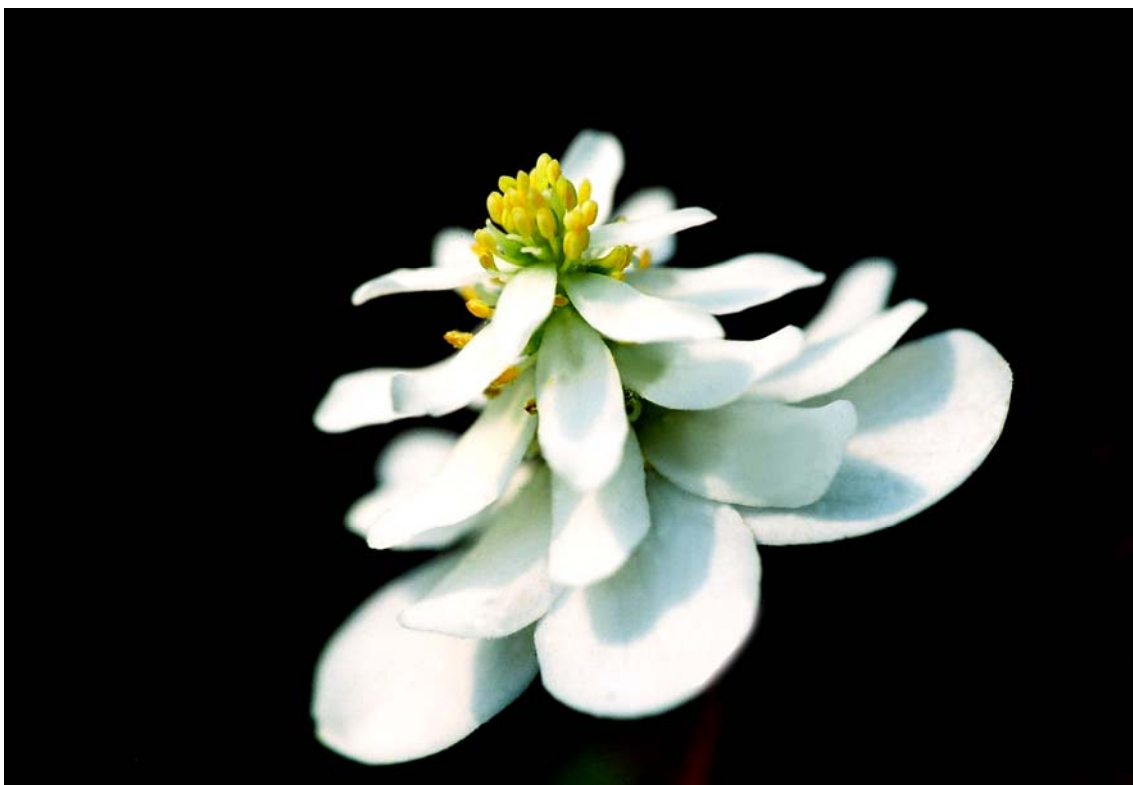
ドクダミはドクダミ科ドクダミ属、1属1科の多年草である。日本全土に普通に見られ、東南アジアからヒマラヤにかけて広く分布する。またドクダミ科はドクダミ属の他にハンゲショウ属など4属6種があり、東アジア、北アメリカに分布する。草全体にデカノイルアセトアルデヒドやラウルアルデヒドを含んでおり、独特の悪臭を放つ。またどんな荒地にも育って、白い根茎を伸ばして八方に広がるために、繁殖力は極めて旺盛で駆除し難い。茎は黒紫色で高さ15~40cmに達し、葉はハート形である。初夏、5月頃に茎の上部から花穂を出して、淡黄色の小さな花を穂状につける。穂の下には花弁のような総苞片を4枚、十字花状につけるが、花弁や萼片はない。このような花を専門的には『無花被花』(ムカヒカ)または『裸花』(ラカ)と言う。

和名の由来は「毒痛み」とも、「毒下し飲み」の意味ともいわれ、別称としてジュウヤクのほかドクダメ、イモクサ、ヨメノへ、クサキなどともいわれる。「十薬」は馬に与えると10種の効能があるところから、この名前がついたといわれており、「重薬」とも記す。学名は『*Houttuynia cordata*』で、属名は18世紀のオランダの医師で博物学者の「ホウイトイン」の名前から、また種小辞は「ハート形の葉の」という意味である。漢方ではこの草を『葎菜』(ジュウサイ)とか『魚腥草』(ギョセイソウ)ともいい「腥」は生臭いという意味である。花が咲く前に全草をとって、乾燥させたものを十薬といい、煎服すると体を温める効果があり、利尿、高血圧、動脈硬化の予防になるともいわれ、便秘や痔疾にも良いとされている。このためドクダミ茶として古くから市販されている。抗生物質のなかった時代には肺結核、肺壞疽、蓄膿症、感冒などの治療薬としても用いられていた。また浴湯料として利用すると、汗疹や湿疹、かぶれなどにもよいという。ドクダミの全草にわずかながら含まれる精油には抗菌性、抗カビ性の高い成分があり、この成分が結核菌や感冒菌に対する薬効となっているものと思われる。身近な薬草としての価値は多大なものといえよう。とくに山などで虫に刺されたりした時には、全草を揉んでモミジルを出し、これを塗ると応急の手当として利用できる。また腫物には生薬をよく揉んで、火にあぶったものを張ると良い。全草を日陰で乾燥させたり、茹でて水にさらすと独特の匂いがなくなり、食用にもなる。悪臭のゆえに嫌われがちであるが、これほど有効な野の草は少ない。手近な健康野菜としてすぐにでも利用できるので、一度試してみることをお勧めしたい。

ドクダミの園芸品種としては、葉の縁に赤褐色もしくは黄褐色の斑の入るもの、総苞片の大きい八重ドクダミなどがあり、ともに昔から鑑賞用として栽培されている。丈夫で何もしなくても地下茎が伸びてよく殖えるが、花屋さんなどでは滅多に売られていないのが残念である。もともとどちらかと言えば嫌われ者であるから、経済栽培には向かない植物なのだろう。駐車場や空き地の片隅などに群生しているドクダミを採取して、ドクダミ茶にするのが一番手っ取り早いかも知れない。



4枚の白い花弁に見えているのは苞であって、花弁も萼片もない。このような植物を専門的には裸花(ラカ)とか、無花被花(ムカヒカ)と呼んでいる(さいたま市浦和区)。



八重咲種はドクダミとは思えないほど華麗で美しい(東京都小平市薬用植物園)。



八重咲種のドクダミ。近くで見るとウエディングドレスのようである（東京都小平市薬用植物園）。



八重咲種のドクダミ、独特の異臭ゆえについ嫌われがちなドクダミだが、別名を十薬といい、十に及ぶ薬理効果があるもといわれている(東京都小平市薬用植物園)。



斑入葉種は観葉植物として栽培されることも多い(さいたま市浦和区)。

[目次に戻る](#)