

## アザミのいろは あれこれ

### No. 1 アザミはいつごろから薬用として利用されてきたのでしょうか

アザミは、世界中の様々な文化圏で薬用として使用されてきた長い歴史があります。具体的な使用方法はアザミの種類によって異なるかもしれませんが、ここでは日本を含めてアザミの歴史的な薬用利用について一般的な概要をご紹介します。

#### 日本

NHKの朝ドラ「らんまん」で「ノアザミ」という週間タイトルが令和5年6月第2週の内容につけられておりました。ただ、なにゆえにこのようなタイトルがつけられたのか理由は述べられていません。主人公の榎野万太郎（日本の植物学の父と言われ近代植物分類学の権威牧野富太郎博士がモデル）が、夏空にまっすぐ上をむいて咲いているアザミに「おまんもまっすぐ上を向いて咲いちよるのー」と語りかけ、花を触ろうとしますが、とげにはばまれるシーンがありました。美しい花を咲かせながらも、とげの力で人をよせつけないその毅然とした孤高の姿に主人公は、現在は無位無官ながらもひとかどの植物学者になることを夢見ている自分の姿を重ね合わせたのでしょうか。アザミはこのように人を引き付ける不思議な力があり、薬用や食用への利用へと発展したのかも知れませんね。奄美におけるシマアザミの民間療法への利用ともなにかしら通ずるものを感じます。

さて、日本におけるアザミの民間薬としての利用は、西洋のハーブ療法における利用ほど顕著ではなく、十分な文書化もされていません。日本アザミ (*Cirsium japonicum*) のような日本原産のアザミの種は、伝統的な民間療法の実践に限定的に利用されてきました。

日本におけるアザミの民間薬としての詳細な情報は少ないのですが、アザミの植物は伝統的に様々な健康効果があるとみなされてきました。日本におけるアザミに関連する一般的な用途や民間伝承には、以下のようなものがあります：

*Cirsium japonicum* (ノアザミ)：ノアザミは伝統医学で使用されるアザミのひとつです。葉の生汁ははたけ（顔面白癬）、陰囊湿疹、糞糠疹などの皮膚病に効果があるとされ、患部に塗布して利用されてきました。根の乾燥したものを大薊といい、日本では和続断（わぞくだん）とも称し続断（ぞくだん）の代用品として神経痛、利尿、健胃に用いられてきました。



ノアザミ

*Cirsium setidens* (朝鮮アザミ) : 朝鮮アザミは、韓国と日本の伝統的な漢方薬に使用されています。肝臓の健康、消化、解毒に効果があるとされ、葉をお茶にして飲まれることが多いようです。また、朝鮮アザミには抗炎症作用があるとされ、炎症に伴う症状の緩和に使用されることもあります。



朝鮮アザミ

このように見てみますと、一般的にアザミは紫の花を咲かせるものがほとんどのようです。向春草®の原料となっているアマミシマアザミは白い花を咲かせる点で他とも違う清楚な美しさがあります。



アマミシマアザミ

アマミシマアザミの利用については別稿で改めてご紹介いたしますので、ここでは世界の状況をかいつまんでご紹介いたします。

## 中国伝統医学

中国伝統医薬で使用されてきた代表的なアザミを紹介しましょう。

*Cirsium setosum* (中国アザミ) : 中国語で「大慈」と呼ばれるアザミの根は、中医学で解熱と解毒のために使用されてきました。高熱、喉の痛み、皮膚の発疹など、熱や炎症の症状を緩和するためによく使われます。

*Carthamus tinctorius* (サフラワー) : 一般的にはアザミとは呼ばれませんが、アザミ科の植物で、中医学で利用されています。中医学では「紅花」と呼ばれ、血液循環の改善、月経障害の緩和、心臓の健康増進に用いられます。

*Cirsium japonicum* (日本アザミ) : 中医学では利尿作用があるとされ、根や葉の部分を「大黄」と呼びます。浮腫や尿路感染症など、体液の貯留に関連する症状の緩和に用いられます。

ご参考までに、ヨーロッパでのアザミの歴史も簡単に紹介いたします。

## 古代ギリシャとローマ

アザミは一世紀から 2 世紀頃の古代ギリシャとローマの医学で評価されていました。ギリシャの医師ディオスコリデスは、「De Materia Medica」という薬物に関する著書で知られており、この書籍は古代ローマ帝国時代から中世にかけて非常に重要な医学文献として広く使われました。彼はその著作「De Materia Medica」

の中でアザミの使用について言及しています。アザミは肝臓の病気の治療、消化の促進、利尿剤として使用されていました。

一般的にアザミの葉は、解熱作用や鎮静作用があるため、よく服用されていました。また、湿布や軟膏として、腫れ物や傷、潰瘍などの皮膚疾患の治療に用いられた他、消化不良や利尿、解熱のために、葉を煎じたものを内服することもあったようです。

一方、アザミの根は、その薬効が高く評価され、通常、乾燥させて粉末にしたり、煎じて有効成分を抽出したりして利用されました。アザミの根は、肝臓や消化器官の調子を整える薬としてよく使われていました。胆汁の分泌を促進し、食欲を増進させ、消化を助け、肝臓や胆嚢の障害を緩和すると信じられていました。

代表的なアザミは以下のようなものがあげられています。

*Carduus nutans* (ムスクアザミ) : 肝臓の病気の治療や胆汁の流れを促進するために使用することが言及されています。また、利尿作用があると信じられていたようです。

*Cirsium arvense* (セイヨウトゲアザミ) : *Cirsium arvense* の根は関節痛の緩和や泌尿器疾患の治療に使用したと記されています。また、利尿剤や月経の促進にも使われています。

*Onopordum acanthium* (ゴロツキアザ

ミ) : 利尿作用と腎臓結石の治療について言及されています。また、消化器系の疾患にも効果があると信じられていました。

### 中世とルネッサンス

中世からルネッサンス時代にかけて、薬用として最もよく使用されたアザミの仲間は、*Carduus benedictus* (キバナアザミ) で、聖なるアザミとも呼ばれる。その治療効果は高く評価され、当時のヨーロッパの漢方薬に広く使用されていました。

*Carduus benedictus* : 消化器系の病気に対してさまざまな薬効があると信じられていました。食欲増進、消化促進、鼓腸の緩和、肝臓や胆嚢の障害の緩和などに用いられた。また、授乳中の母親の授乳を促進する効果もあると考えられていました。また、全身を引き締め、活力を与える作用があるとされ、体を強くし、活力を高める苦味強壯剤として漢方薬に含まれることが多かった (アプレイウス・プラトニクスの「Herbarium」やヨハン・ヴォネッケの「De Hortus Sanitatis」など、中世・ルネッサンス期の薬草書には、*Carduus benedictus* が貴重な薬草として頻繁に取り上げられ、その用途や調合について詳細に記述されています)。

*Silybum marianum* (ミルクシスル) : 中世にその薬効が大きく認知され、肝臓疾患の治療薬として、また肝臓の健康をサポートするために使用されました。このハーブの活性化合物であるシリマリンには、肝臓を保護する作用があると信じられて

いました。

## 現代の薬用

近年、アザミは漢方薬として使われ続け、科学研究でも注目されています。シリマリンを含むように標準化されたミルクシスルエキスは、肝臓をサポートし、肝臓の解毒を促進するための天然サプリメントとして一般的に使用されています。また、抗酸化作用や抗炎症作用についても研究されています。

*Silybum marianum* (ミルクシスル) : 伝統医学で使用されている最も有名なアザミの一つです。ミルクシスルの種子にはシリマリンという化合物群が含まれており、シリピン、シリジアニン、シリクリスチンなどのフラボノリグナンの混合物である。これらの化合物は、ミルクシスルの潜在的な健康効果をもたらす活性成分であると考えられています。シリマリンは、抗酸化作用、抗炎症作用、肝臓保護作用について広範囲に研究されています。肝保護作用や肝臓の健康をサポートする効果があると考えられています。肝炎、肝硬変、脂肪性肝疾患などの肝疾患の自然療法としてよく利用されています。ミルクシスルのサプリメントは、一般的にカプセル、エキス、チンキの形で販売されています。

*Cynara cardunculus* (カルドゥス・カルドゥンクルス) : 一般的には野菜として認識されていますが、薬効成分を持つアザミの一種です。シンナリンなどの化合物を含み、肝保護効果や胆汁の分泌を促進

すると考えられています。現在は若い蕾を食用とするため、ヨーロッパやアメリカなど世界で広く野菜として栽培されています。

(担当：琉球大学名誉教授 屋 宏典)