

マメ科の薬用使用

まとめ：編集部 監修：寺林 進

マメ科植物の中には、古くから世界中で薬用として利用されてきたものが多い。今回は、その中からマメ（種子）を利用する薬用マメ科植物について紹介する。

1.なじみ深いマメ科植物の薬用利用

アズキ

漢方では、利尿、消炎、緩下、脚気のむくみに用いられる。市販のアズキを水で煮た小豆がゆは、二日酔いや母乳の悪いとき、便秘を整えるのに良いとされる。アズキは昔から吉凶の日の食べ物として用いられており、農家では豊作祈願に小豆がゆを供える風習がある。

ダイズ

日本人の食生活には欠かせないダイズ。種子の中でも特に種皮の黒い黒大豆を薬用とする。種子を発酵させた納豆の類（香鼓〔こうし〕）、発芽したもやし状のものを乾燥させた大豆黄卷（だいずおうけん）を薬用とする。種子には解毒作用や解熱作用のほか、空腹中枢を抑え肥満の改善・予防に

も効果があるとされる。大豆黄卷は、解毒、利尿、鎮痛に用いる。

ササゲ

世界中で広く栽培されるササゲの種子は豇豆（こうず）と呼ばれる。腎機能を強化する作用があるとされ、種子は煮て食べることで、嘔吐、口の渇き、下痢止めなどに用いられる。根は、煎じることで消化不良、できもの、痔の出血などに使用される。その他にも、さやは鎮痛、消腫、新鮮な葉を煎じて服用することで淋病にも効くとされる。

フジマメ

種子は漢方で白扁豆（びやくへんず）と呼ばれ、10～11月に熟した豆果を収穫し、日干しにする。健胃、解毒薬として下痢、嘔吐、などに用いるほか、腫れ物などの外用薬としても用いられる。種子だけでなく、種皮、花、葉、つる、根についても薬用となり、利用度の高い植物である。

ナタマメ

種子を刀豆（とうず）、果殻を刀豆殻（とうずかく）と呼び、秋に種子が成熟したら果実と果殻を採取し日干しにする。体の中を温め、腎臓、腰痛、咽喉頭結核などに効

果があるとされる。根は酒で煎じて頭痛やリウマチによる痛み、つき潰して酒で蒸し塗布することで、打撲による筋の損傷治療に用いられる。近似種のタチナタマメもナタマメと同様に薬用になる。

ナンキンマメ

日本では落花生として親しまれている。果実を晩秋に掘り起こし、種子は日干しに、枝葉は新鮮なまま乾燥させる。種子は生のまま細かい粉末にして服用するか、煎剤として乾咳、脚気、乳汁不足に用いる。枝葉は打撲傷の患部に塗布して利用する。また、落花生の抽出物中に含まれるトリプシンインヒビターという成分が、血友病など各種出血症の治療に有効との報告もある。

2.カワラケツメイ属

カワラケツメイ

全草が山扁豆（さんぺんず）と呼ばれ薬用になる。豆果が未熟の頃の夏に全草を採取し刻んで日干しにする。健康茶として1日量約10gを400～600mlの水で沸騰させて飲むと、利尿、強壮、鎮咳の効果があるとされる。日本全国に広がっていることから、古くから利用されていたと考えられる。

エビスグサ

種子は決明子（けつめいし）と呼ばれ薬用になる。漢方では緩下、整腸、利尿薬として用いる。民間療法では、ハブ茶として飲用すると健康によいとされる。以前はハブソウ（後述）の種子が用いられていたが、現在市販のハブ茶はエビスグサの種子が使われている。類似種のコエビスグサの種子



エビスグサ

も薬用に用いられているが、コエビスグサは熱帯性で、日本では栽培に適さない。

ハブソウ

種子と葉が望江南（ぼうこうなん）と呼ばれ、種子は10月ごろ採集して日干しに、葉は夏に採集してそのまま用いる。種子はあぶってハブ茶というお茶にされる。葉の水浸液は経口投与で胃液の分泌を促進する作用があり、緩下、健胃に効果がある。また、虫さされには生葉をもみつぶした絞り汁を塗布する。毒蛇のママシの毒を消す作用があると言われていたが、その効果はないことが確認されている。

カシミア・トーラ

熱帯アジア原産。東南・東アジアで栽培



ハブソウ

されている。エビスグサ同様、種子が決明子と呼ばれ、緩下、強壯、利尿薬として薬用に利用される。漢方の「決明」は明を開く（視力を増す）という意味で、他にはノゲイトウ（ヒユ科）の種子、アワビ（ミミガイ科）の貝殻などが視力を強くするとして漢方では用いられている。

カワラケツメイ属は、上記のほかにも様々な種が漢方として利用されている。アフリカのナイル河中流域原産で葉を急性の便秘薬として用いるアレキサンドリアセンナ、熱帯アジア各地に自生するナンバンサイカチ、アフリカ原産で日本でもセンナとして出回っているチンネベリセンナなどが

ある。

3.その他のマメ科植物利用

ゲンゲ属

日本各地に緑肥としても中国から持ち込まれたレンゲソウは、現在各地で野生化している。緑肥としての効果は言うまでもないが、全草を薬用として用いることも出来る。全草に解熱、解毒作用があり、喉の痛みや外傷出血を治す。また、種子とともに眼部疾患にも用いられる。利用法としては、乾燥した全草を1日量5～10gを水400～600mlで半量まで煎じたものを服用する。外傷には生の葉の絞り汁を患部に塗布する。

同じゲンゲ属のツルゲンゲの種子も、中国では沙苑子（しゃえんし）として、めまい、頻尿などの治療に用いられている。

サイカチ属

サイカチはカワラフジノキとも呼ばれ、日本では本州中南部～四国・九州の野原や河原などに生える落葉高木。果実、種子、とげが薬用となる。10月頃に完熟した果実、幹のとげを採集して日干しにする。種子は熱湯に通した後日干しにする。去痰、利尿、消炎剤として用いられる。また薬用以外では洗剤・石けんの代用、浴用剤としても用いられる。

中国東北部～南部まで分布するトウサイカチも、サイカチと同様に利用される。こちらは、殺虫剤としても利用されている。漢方では本来こちらが多く利用されており、日本におけるサイカチは代用として利

用されてきたようである。

最後に、普段あまり耳にしないマメ科植物の中から、薬用利用できるものを紹介する。

コロハ

ヨーロッパ原産の1年草でモロッコ、インドに分布する。全株に強い臭気があり、種子は滋養剤として用いられるほか、カレー粉やソース製造の原料となる。

オランダビユ

インド原産と言われるが、中国で主産される1年草。成熟した種子は腎臓機能を補い、強壮薬としての効能があるほか、女性ホルモン作用、抗菌作用が認められている。

ジャケツイバラ

国内では本州山形県以南、四国、九州、

沖縄までの山野に自生する落葉低木。種子は鎮咳、去痰のほか解熱作用があり、根や根皮は風邪の治療に効果があると言われる。中国、ヒマラヤ、インドにも分布するが、日本産のものを変種として大陸のものと区別する見解もある。

以上、漢方の世界で薬用利用されるマメ科植物を紹介してきたが、毒性を持つものもあるので、利用する際は決して自己判断せずに専門家の指示を仰いで頂きたい。日本に限らず世界中でマメ科植物は古くから食用・薬用として利用されてきた。今後も様々な見地から研究が進み、マメ科植物の有効利用が増えることが望まれる。

参考文献：新訂原色牧野和漢薬草大図鑑