

【生薬名】酸棗仁 *ZIZYPHI SPINOSI SEMEN*

【起源植物】サネブトナツメ *Zizyphus jujuba*



【科名】クロウメモドキ科Rhamnaceae

【別名】実太棗

【薬用部分】成熟種子

【主成分】トリテルペン類(ベタシン、ベタシン酸)、エベリシタクトンの配糖体、サポニン、脂肪油など

【薬性】気味は甘酸平、帰経は心脾肝胆に属す

【効能】●養肝・寧心・安神・斂汗

●中枢神経系を抑制しかなり持続する鎮静作用がある

●生の方が効果があり加熱し油分が飛ぶと鎮静作用がなくなる

●酸棗仁は味が酸性で収斂性であるから心肝二経の症を主治する

●神経強壮、鎮静、催眠薬として、心因性神経性の不眠症、健忘症、口渇、体質者の多汗症などによい

●本草綱目には生は嗜眠、炒は不眠に使うとあるが根拠は不明?

●刺は白棘といい神農本草経中品に記載

●神経衰弱、不眠に薬酒を20ml寝る前に飲む

『酸棗仁酒』：酸棗仁100g、グラニュー糖150g、水トリスカ-720ml、2月後濾す。

げた酸棗仁+酸棗仁50g、グラニュー糖150g、水トリスカ-720ml、2月後に滓を濾す。

●煎服するには1日9~18g。大量では21~24g、からをミキサーで砕いて用

【出典】●主治胸膈煩躁不能眠也。(薬徴)

●治心腹寒熱。邪結氣聚。四肢酸疼。濕痺。久服安五藏。輕身延年。(神農本草経)

●酸棗仁 味酸、汗を斂め煩を祛り、多く眠るには生を用い不眠には炒りて用う。(本草綱目)

●心煩不得眠、臍上下痛、血転久泄、虚寒煩渴を主り、中を補し、肝氣に益し、心氣を堅め、陰氣を助け、人を肥健ならしむ。(名医別録)

【備考】●ナツメと異なり木に鋭い刺が多い、ナツメの起源植物とされる

●乾燥地に生える30~100cmほどの植物、日本に野生していない

【処方例】●酸棗仁湯、加味帰脾湯、温胆湯など、これらには茯苓も入っている