

【生薬名】山薬 *DIOSCOREAE RHIZOMA*

【起源植物】ヤマノイモ *Dioscorea japonica*、ナガイモ *D. batatas* など



【科名】ヤマノイモ科 *Dioscoreaceae*

【別名】一名山芋、ナガイモ、トロロイモ

【薬用部分】周皮を除いた根茎

【主成分】澱粉、糖類、多糖類、糖蛋白質ムシ、アミノ酸、アミラーゼ、コリン

【薬性】気味は甘微温、帰経は脾肺に属す

【効能】●補脾胃・益肺腎

- 漢方では腰より下を温め、腰痛を治し、尿の調節をする
- 滋養強壮に太古から食べられてきた。消化酵素を多く含み、胃腸を丈夫にし下痢を止める
- 体力低下、中年以降の足腰の弱り、精力減退に
- 1日5～20gを煎服する、食用には1日250gまで
- 滋養強壮、体力増強に、薬用酒を1回20～30mlを就寝前に服用
- 血糖降下作用があることも確かめられている

『山薬酒』：山薬200g、グラニュー糖100g、柯いトリカ-1.8ℓ、3ヶ月間熟成

- 男性ホルモン増強作用がある

【備考】●天然のヤマノイモ自然薯、生薬名は薯蕷(しょよ)といい最高品

- 同族植物にナガイモがあり、滋養強壮に食されている、薬用にする。ナガイモも生薬の山薬の原料である。
- 似たものにオニドコロがあり、生薬名は草薢(かき)という。芋も分岐し横に遣い、棒状にならない。見分け方はツルの巻き方でヤマノイモは左巻き、オニドコロは右巻き。味に苦みがある

【出典】●治傷中。補虚羸。除寒熱邪氣。補中益氣力。長肌肉。久服耳目聰明。輕身不飢延年。(神農本草經上品)

- 山薬 甘温、脾を理し、瀉を止め、腎を益し、中を補い諸虚治すべし。(薬性歌)

【処方例】●八味地黄丸は上記のような状態(腎虚という)に愛用者も多い

- 牛車腎気丸、六味地黄丸、参苓白朮散