

【生薬名】茶葉 *THEAE FOLIUM*

【起源植物】チャ *Thea sinensis*

【科名】ツバキ科Theaceae



【別名】細茶

【薬用部分】葉、茎、芽

【主成分】タンニン(カテキン類)、VB、VC、カフェイン、芳香油、アミノ酸

【薬性】気味は苦甘涼、帰経はに属す

【効能】●清頭目・除煩渴・化痰・消食・利尿・解毒

●中医学の効能は「清頭目、除煩渴、化痰、消食、利尿、解毒」とされる

●交感神経を興奮させ、疲労を回復する、普通にお茶として飲む

【民間療法】●『姜茶飲』茶と乾生姜を各3gを振出しで飲む、嘔気や下痢に

●『緑茶蜜飲』茶5gを振出して蜂蜜を加え飲む、食当りの下痢に

●『糖蜜紅茶飲』紅茶5g振出し蜂蜜と黒糖を加え毎食後に飲む、慢性胃炎や胃・十二指腸潰瘍の痛みをやわらげる

●『姜茶烏梅飲』生姜10g(千切り)、梅肉30g、茶5gに熱湯に30分間つけ黒砂糖適量加え熱い物を日に3回飲む、食あたりの下痢を止め胃腸を丈夫にする

【備考】●番茶、玉露、ウーロン茶、プアール茶、紅茶などは原料は同じで製法が異なる

●番茶・玉露は発酵させておらず体を冷やす作用があるので冷え性の方はお茶の飲み過ぎに注意が必要

【出典】●苦菜。一名茶草。一名選。味苦寒。生川谷。治五藏邪氣。厭穀胃痺。久服安心益氣。聰察少臥。輕身耐老。(神農本草經)

【処方例】●川芎茶調散