

杉の生葉を使った煮汁の作り方



⑤ガーゼでこして出来上がり

①30センチの杉の枝を2本用意し、水でよく洗う

②葉を切り落とし、粗くきざむ

③ほうろうかステンレスの鍋に2リットルの水と杉の葉を入れ中火にかける

④沸騰したら弱火にし、水の量が半量、煮汁が茶褐色になるまで煮つめる

⑥冷蔵庫で保存し、数日で飲みきる

人の中には、「鼻水やくしゃみが止まつた」など、花粉症特有の症状が軽くなつたという声が届いたそうです。なかには、飲んだその日のうちに改善したという人もいました。こうした体験を元に生まれたのが、杉の葉の煮汁です。

杉は古くから民間療法に使われる

杉は、今までこそ花粉症の元凶のようないわれていますが、昔から私たちが身近に親しんでいた樹木です。古い神社の境内にはたいてい大きな杉の木があり、昔は靈魂の宿る木と信じられていました。

もともと杉には、体によい働きがあり、民間療法として長い歴史を持っていて、と話すのは、徳島大学薬学部・薬学博士の村上光太郎先生です。

杉の葉の煮汁の効用は、六五九年に書かれた中国の薬物書に

すでに載っていますし、花粉症への効果は、『本草綱目』(中国の明代に書かれた薬物書)にも記されています。日本各地にいろいろ伝承されています。また、漢方薬にも、『杉木節湯』といふ処方がありますから、杉の効用は一般に広く認められていたのではないか

漢方薬の『杉木節湯』は、杉の木の節の部分を煮つめて作った煮汁で、外用すれば神経痛やリウマチに、飲めば吐き下しに効くといわれています。節だけでなく、杉の葉の煮汁にも消炎作用があると、文献に記されています。

それにしても驚かされるのは、杉の葉の煮汁の効果です。花粉症はもとより、長年苦しんできたアトピー性皮膚炎に著効があつた例や、肌が白くきれいになつたという人もいます。

なぜ杉の葉の煮汁に、こうした効用があるのでしょうか。漢方治療にくわしい医学博士の山