

# ドクダミ

牧 幸 男

湿気が多くうっとうしい日が続く梅雨の時期になると、ドクダミは白い花を盛んに咲かす。この植物の特徴は、若い葉は緑色に少し藍を加えた色であるが、花が咲く頃には、茎も葉も淡い黒味を帯びた紫色に変わるため、花の白さが特に目立つ。

原産地は東アジアで、日本から東南アジアに広く分布する。我国では、北海道南部から本州・四国・九州に分布する。湿り気のある半日陰地を好み、住宅周辺の庭や空き地、道路端、林などによく群生しているドクダミ科の多年草性植物である。この植物、不思議に思うのは全草にアルデヒド由来の特有の臭気があるため、庭に植え観賞するような植物ではないと思うが至る所で目にする。高さ 15~30 cm に成長、葉はハート型で無毛である。4 枚の白い花弁のように見えるのは苞で、真の花は中央に伸びる花茎の周囲に密集している。花は、花弁も萼片もない雄しべと雌しべのみを持つ小さな花で、黄色に見えるのは、雄しべの先端の葯（花粉粒の袋）である。最近はこの花も改良され、八重咲 H.cordata や葉が斑入りの五色ドクダミ H. cordata 'Variegata' (オランダから輸入) も生まれている。



ドクダミの花



八重ドクダミに花

貝原益軒(1630~1714)は『大和本草』(1708)には「家庭ニウフレノ繁茂シ後ハ除キガタシ」とあるよう、ドクダミは繁殖力が非常に強く、ちぎれた地下茎からでも繁殖するため、放置すると一面ドクダミだらけになり、他の雑草が生えなくなる。強い臭気があることと、地下茎を伸ばしてはびこるため、「難防除雑草」とされている。わが国では珍しくもなく、人気のない植物であるが、欧米には野生品がなく、植物園でしか見ることができないので貴重な植物となっている。

このドクダミを身近な所で目にするのは、江戸時代から最近まで、様々な毒消しの妙薬として治療に使われてきた名残と考えている。日本古来の薬草療法を著した井沢凡人(1913~2005)著『和法』(1977)には、様々な病の治療に利用されてきたことが記述されている。記述によると、生薬では貴重な存在であったが、クダミ療法の歴史は約200年前までは全て「外用」療法であった。

身近な植物であったが、詩歌で詠われるようになるのは、特有の臭気のためか、明治になってからのようだ。

梅雨ふりて しめりがちな草むらに どくだみの花 ま白なるかも 高田浪吉

十薬を 抜き捨てし香に つきあたる 中村丁女

ドクダミの植物名は、語源はわかっていないが、古くから民間薬として毒下しの薬効が顕著であるため、毒を抑えることを意味する「毒<sup>た</sup>を矯<sup>だ</sup>める」から、「毒<sup>た</sup>矯<sup>だ</sup>め」が転訛化して「毒<sup>ど</sup>矯<sup>だ</sup>み」と呼ばれる通説がある。また、「毒<sup>ど</sup>痛<sup>た</sup>み」、あるいは「毒<sup>ど</sup>溜<sup>り</sup>」から変化したと言われ、漢名は藪<sup>しゅう</sup>、古名は之布岐<sup>しふき</sup>と呼ばれていた名残である。別名は十薬、魚腥草、ドクダメ、ジュウサイ、チゴクソバ、ボウズグサ、ホトケグサ、ヘビクサなどたくさんある。牧野富太郎博士はドクダミは毒<sup>ど</sup>痛<sup>た</sup>みの意味だろうと述べ、魚腥草は葉が生臭(魚臭)いことによる。その他は、効能や気を嫌うことで生まれた名前であろうと述べている。『大和本草』には「藪菜、ドクダミト伝又十薬トモ伝、甚臭アシシ、家園ニウフレバ繁茂シテ後ハ除キガタシ、駿州甲州ノ山中ノ村民ドクダミノ根ヲホリ飯ノウエニオキ、ムシテ食ス味甘シト伝、本草ニモ柔滑菜類ニノセタリ、サレトモ本邦ノ人アマネク食ハス菜トスヘカラス。且小毒有ト伝、和流ノ馬医之ヲ用ヒ馬ニ飼ウフ、十種の薬ノ能アリトテ十薬ト号スト伝」と記述がる。ドクダミに十種類の薬効があるという風説は、この本が著作された頃から流布された物だろう。ちなみに、現在使われている重薬は当て字と言うことになる。日本で生薬名として通称されている十薬は、民間薬として用途が広く、応用範囲が10を数えるというところから、漢名の藪<sup>しゅう</sup>菜の藪の字を十に読み換えものだとも言われている。学名の *Houttuynia cordata* は、属名は18世紀オランダの医師 Houttuynia の名前から、種小名は心臟形の葉の形からである。英語名は Fish mint と呼ばれることが多い。

薬用は、生薬名を十薬(重薬)と呼び、医薬品の基本書『日本薬局方(18 改正)』に記載され、今日でも利用する人が多い。使用する時は、中国では花期に根を含めた全草を採取すると記述されているが、日本薬局方では地上部を陰干で乾燥させると異なっている。内服薬として、胃腸病、食あたり、下痢、便秘、利尿等に、外用薬は葉に抗菌作用があり腫れ物、吹き出物、軽い火傷、皮膚病などに利用する。最近では、乾燥した葉をお茶(茶剤)として服用すると利尿、便秘、高血圧予防になると言われている。また、煎液をお風呂に入れると保温や皮膚疾患の治療に利用している。

我国ではドクダミは、ゲンノショウコ、センブリと並び、「日本の三大民間薬」として親しまれてきた。中国では著者不明『名医別録』(1~3C 頃編集)の下品に「藪」の原名で記載され、一名「魚腥草」とある。李時珍(1518~1593)は「その葉に魚腥の気があるところから俗に魚腥草と呼ぶ」と言い、蘇蕙(生没不明)は「藪菜は湿地、山谷の陰処に生じ、又能よく蔓生する。葉は蕎麦に似て肥え、茎は紫赤色だ」と述べている。一般に漢方処方に用いず民間療法に解熱、解毒、消炎剤として頻用されている。しかし、漢方処方の「十味敗毒湯」に十薬を加えた化膿性皮膚疾患治療薬に繁用されている報告もある。

食用にする場合、採取した根を、もみ洗いしてから、ひげ根を丁寧に取り除かなければならない。この作業、大量の消費する場合、かなり根気がいる。このため現在、食用に利用する人があまり居ない原因となっている。しかし、動物(特に猪)はこの根が大好きで、薬用植物として栽培していると全滅することがある。

花言葉は「白い追憶」「野生」「自己犠牲」である。



生薬のドクダミ

