



ぷち インフォ

’ 05. 11月号

日野・八王子で秋の風物詩といえば、甲州街道沿いのイチョウですね！
今月は秋を彩るイチョウにまつわる話をご紹介します。

< 葉っぱに隠された効能 >

イチョウは、中国原産で、日本でも数多く栽培されている落葉高木です。中国や日本では種子を漢方として古くから利用していましたが、近年ヨーロッパではイチョウ葉の有効性に関する多くの研究が行われています。イチョウ葉エキスは俗に「血液循環を良くする」、「ボケを予防する」などといわれ、老人性の循環器系および神経系疾患等に対して、ヒトでの有効性が報告されています。ドイツでは医師が治療に用いることを承認しており、欧米での評価は高いようです。効果が認められているのは「葉から抽出されたエキス製剤」の話で、生の葉は重篤なアレルギーを起こすことがあります。間違えても自分で葉っぱを煎じて飲んだりしないで下さいね。



< お試しになる前に、薬剤師にご相談下さい！ >

効能以外にも多くの報告があります。特に飲み合わせについては注意が必要です。嬉しいはずの血行改善効果も、効果が強く出れば出血につながり危険です。以下に代表的な薬剤をご紹介します。

- ・抗凝血剤 (パナルジン、プレタル、ペルサンチン、ワーファリンなど)
- ・消炎鎮痛剤 (バファリン、ブルフェン、ロキソニンなど)
- ・安定剤 (デジレル、レスリンなど)

安全のためにも、医師・薬剤師と充分にご相談の上でお試し下さい。



< 迷信？「ギンナンは歳の数まで」 >

香ばしく焼いたギンナンに塩を振って・・・お酒のつまみには最高ですね！
よく、子供は歳の数以上食べてはいけないといひます。

嘘か本当か、その真相を調べてみました。

実はギンナン中に含まれる「ギンゴトキシニン」が、脳内で神経の過剰な興奮を抑えるγ-アミノ酪酸 (GABA) の合成を妨げるため、最悪の場合痙攣などのギンナン中毒を起こすことがあるようです。

数については諸説ありますが、20粒以上の同時摂取は避けた方が良いでしょう。大人を二十歳と考えれば、「歳の数まで」という話にも納得できますね。個人差がありますので、くれぐれも食べすぎにはご注意下さい。



—親切・便利・安心 お役に立ちますノムラ薬局—