

## 色・香りよいサフラン 血行促進に高い効果

**Q** 六十八歳、男性。兼業農家。漢方薬の原料になるサフランが現金収入になると栽培を勧められています。市場性はありますか。効能効果や服用法も教えてください。

**A** サフランは小アジアからヨーロッパが原産

のクロッカスに似たアヤメ科の植物である。十月ごろ開花する紅色の雌しべは古来より薬用として、また香料・染料として用いられてきた。ヨーロッパではブイヤベース作りのスパイスの一つとして食用にも供されている。雌しべのみ使用されるので、1kgのサフランを出荷するのに約四〇万本もの球根が必要で、貴重な薬用植物である。

わが国では大分県産のものが品質・生産高と

も一番である。生薬市場で最も多いのは中国江蘇省のもので、漢方薬としては「番紅花（ばんこうか）」といわれる。血行促進作用が極めて強く、婦人薬や動脈硬化防止作用など循環器系や自律神経系の疾患に対して種々の薬効が知られている。

ハーブ療法が注目され、色・香りがよく気分が落ち着くため需要は伸びている。生産に限りがあるので市場価格は極めて高い。ただ生産効率はよくない。また気候風土により品質が決まるので一律に生産をお奨めはできない。

サフランの服用の仕方は通常〇・二五〜〇・五gを袋に入れ、お湯約二〇〇mlの中に数分入れ「振り出し」のかたちで服用する。他の漢方薬と併用する形で用いられることも多い。