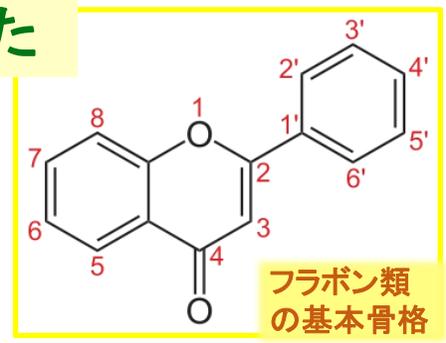


# ハコベ(コハコベ)もまた万能薬であった



畑の一角



フラボン類は「フラボノイド」と総称される物質の中の一類である。植物中においては紫外線や活性酸素種から植物体を守る役割を果たしている。

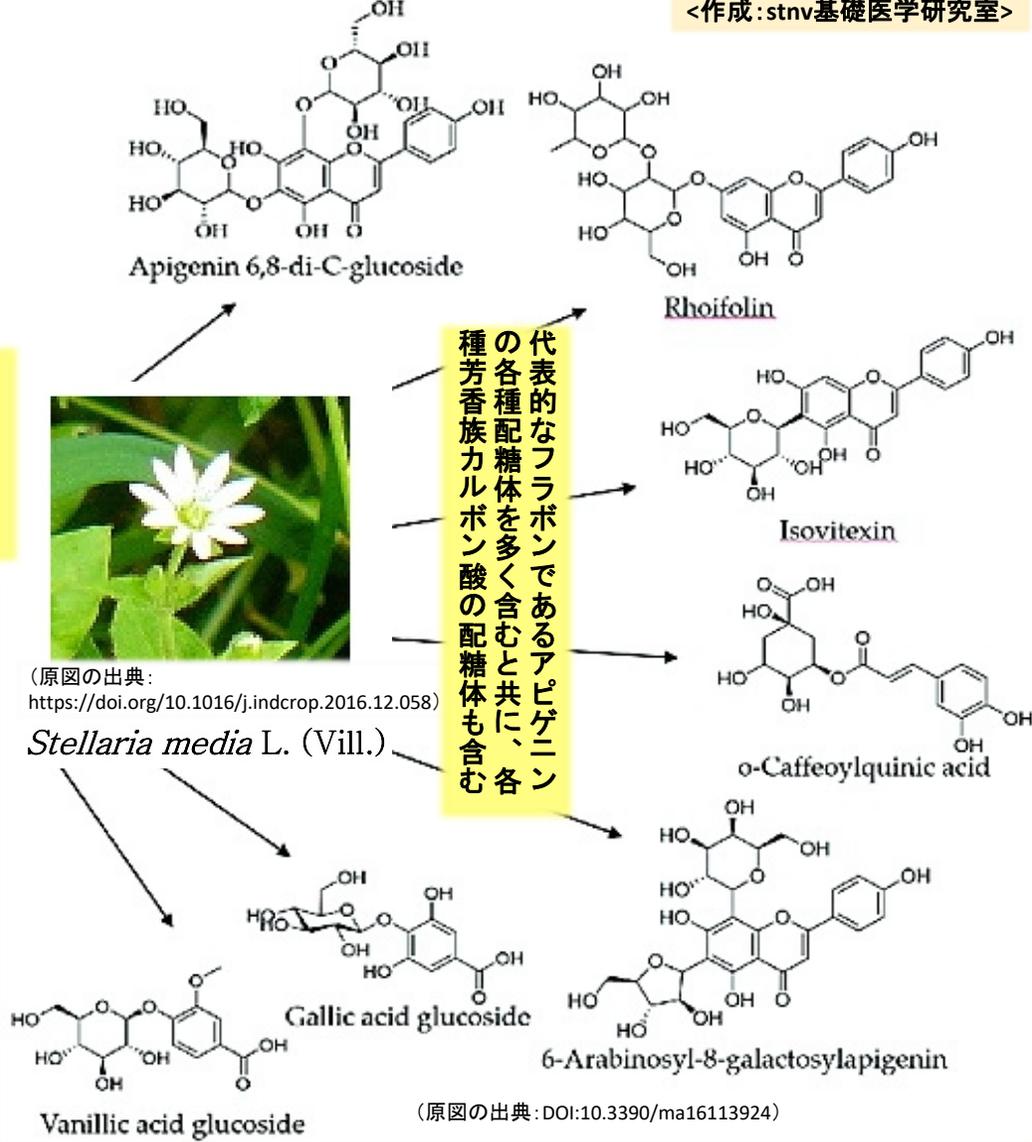
「春の七草」の一つに入れられている「はこべら」であり、食用になる。ハコベの仲間は何種類かあるが、一般的に「ハコベ」と呼ばれるのは、この「コハコベ(学名: *Stellaria media* (L.) Vill.) である。

属名の「*Stellaria*」は、ラテン語のステラ(stella; 星)の意味であり、その花の形に由来している。畑、道端、空き地など、どこにでも生えている小型の草本で、草丈は10~30cmになる。

日本でも古くから生薬としての利用はあるが、海外における評価のほうが高い。英語では「chickweed(ヒヨコの草)」とも呼ばれる。



ハコベ(コハコベ)だけを選んで抜き取る



*Stellaria media* (L.) Vill. (コハコベ)からは、約50種類の生理活性物質が同定されており、上記の他には種々のアルカロイド、サポニン、タンニン、テルペノイド、フェノール化合物の存在が確認されている。

**抗炎症、抗酸化、抗菌、抗真菌、抗肥満、抗糖尿病、抗不安、鎮痛、鎮痒、止血など、多くの疾患を改善させるための基本的かつ幅広い薬理活性を示す。**