

身近な薬草（お茶として利用できるもの）

植物名	効用
ツユクサ	解熱、下痢止め、脳血栓予防、腎臓病 生薬名 鴨跖草（おうせきそう）
ドクダミ	はれもの、利尿、便通、高血圧予防 生薬名 十薬
スギナ	利尿、解熱、咳止め 生薬名 問荊（もんけい）
ヨモギ	喘息、健胃、貧血、利尿、便秘 生薬名 かい葉
カラスノエンドウ	血行促進
カキドオシ	糖尿病、小児のかん、腎臓病 生薬名 連銭草（れんせんそう）
オオバコ	咳止め、利尿、はれもの、胃腸病 生薬名 車前草（しゃぜんそう）
イカリソウ	強精、強壮薬草酒 生薬名 淫羊（いんよう）かく
アオジソ	不眠症、ノイローゼ、神経痛、糖尿病 日本薬局方の蘇葉
アキノキリンソウ	風邪の頭痛、喉のはれの痛み 生薬名 一枝黄花（いっしこうか）
アマチャヅル	糖尿病
ウツボグサ	口内炎、扁桃炎、利尿、暑気払い 生薬名 夏枯草（かこそう）
カワラケツメイ	利尿 生薬名 山扁豆（さんへんず）
クマザサ	胃もたれ 生薬名 隈笹
ゲンノショウコ	下痢止め、便通、高血圧 生薬名 老鶴草（ろうかくそう） 玄草（げんそう）

身近な薬木（お茶として利用できるもの）

植物名	効用
アケビ	利尿、腎臓炎や膀胱炎等のむくみ 生薬名 木通（もくつう）
カキ	高血圧、ビタミンCはレモンの20倍
クサギ	高血圧、リウマチ、下痢、胃もたれ
クワ	尿病、口の渇き、咳、勢力減退
スイカズラ	利尿、鎮痛、腰痛 生薬名 忍冬（にんどう）
トチュウ	腰痛、関節通、勢力減退
ビワ	健胃、咳、夏ばて 生薬名 枇杷葉（びわよう）