

人参(高麗人参・オタネニンジン)



実際の味と
働きから分類

性味: 甘・微苦、微温

帰経: 肺・脾

効く場所

効能: ①補気固脱 ②補脾気 ③益肺気 ④生津止渴 ⑤安神益智

メモ: 一身の気を補う。気血津液の不足すべてに使用可能。
煎じ3~9g、大量で15~30g。粉末は1回1~2g。

野山人参: 野生品で補益が強い。現在はほぼ栽培品。

生晒参: 天日干し。

白参: 氷砂糖につけてから天日干し。補脾気が強い。

紅参: 蒸した後に天日干し。心臓に良い。

※日本の白参は皮をとった生晒参。

注意

陰虚火旺の骨蒸潮熱
肝陽上亢の頭眩目赤
などには禁忌。

夜飲むと眠れない
場合も。