【桂枝】

桂枝は、インドシナ地方から中国南部に自生します。シナモン属で、桂皮（けいひ)、肉桂（にっけい）の名で用いられます。

薬草の古典といわれます神農本草経（しんのうほんぞうきょう）には、「桂枝は、よく百薬を導き、血脈を通じ（血液循環を良くし)、煩を止め（いらいらを抑え)、汗を流す」と述べられています。

またエジプトの古文書にも記録があり、ギリシアの薬草書にはキナモンとカシアの二種が記述されています。香りが良く、健胃薬として広く用いられてきました。

漢方では、中枢神経の興奮を抑え、体表の毒を去り、水分代謝を調節する作用があることから、カゼ症候群、頭痛、のぼせ、関節痛あるいは月経異常に応用されます。

現在では料理やお菓子（京の八ッ橋は有名ですね）にも利用されています。

もっとも、漢方治療の場では、桂枝を単独で用いることはなく、生姜（しょうきょう-しょうが)、甘草、麻黄（まおう)、大黄（だいおう）などと組み合わせて方剤となります。