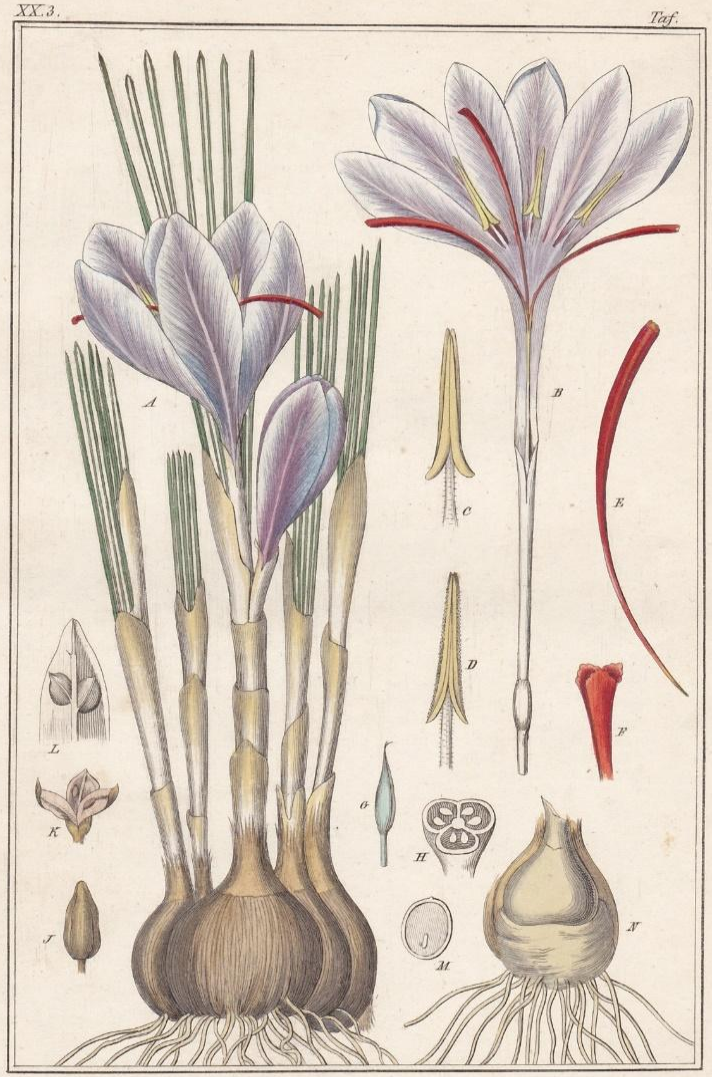

アヤメ科に属するサフランです。
サフランといえば鉢植えで売っている観賞 用の植物だと思われがちですが、数千年前から栽培されてきた重要な薬草です。
サフランは10－11月頃葉を伸し、間もなく紅紫色の花弁に紅色の筋が入った美 しい花を開きます。
数本の黄色の雄しべ に交じって、長くて3本に分岐した 雌しべがあり、薬用にはこの雌しべを用います。
サフランはヨーロッパで頻繁に用 いられる民間薬で、風邪に効果があると言 われます。また、0.3～0.5gをコップに入 れ、熱湯を注いで服用すると、生理痛や生理不順の通経剤となります。
料理にもよく 用いられます。
筆者らはサフランの薬理作 用に関する研究を進めて、記憶学習改善作用、脳神経保護作用、睡眠作用、抗脳梗塞作用、抗皮膚がん作用、抗大腸がん作用等を明らかにしています。
最近睡眠やうつに対する機能性表示食品となり、又、シンガポールの製薬会社ではサフランに4種の生薬を加えて認知症予防薬の承認をとっています。
1852年エドワード・ウインクラーの手彩色による作品です。