

ポルトガル語が語源となる “Canbo”(カンバウ)とは？

「感冒」の語源

これは、ポルトガル語の風邪を意味する“Canbo（カンバウ）”に由来し、ポルトガル語が伝わった1500年代の安土桃山時代から使われているといわれています。この「感冒」は、昔は「寒冒」と書くこともあったそうです。

「風邪」と考えられる病について、日本の書物に記されるようになったのは、今からおよそ1000年前。平安時代に書かれた日本書紀と並ぶ歴史書「日本三大実録」なんだね…！



ウイルスが鼻や喉などの呼吸器系に侵入して感染

風邪は正式には、「風邪症候群」といいます。風邪は主にウイルスが、鼻や喉などの呼吸器系に侵入して感染する病気の総称です。ウイルスが原因だから、風邪を引いた人が近くにいると、咳などでうつってしまうのです。風邪は他にもこんな呼び方があります。「感冒」風邪の症状である呼吸器系の炎症疾患を総称して「感冒」と呼んでいます。

風邪をひいた時によく使うある3種類の食べもの

日本では、平安時代から江戸時代にかけて風邪をひいたときによく使うある3種類の食べものがありました。キーワードは、「硫化アリル」。殺菌作用や発汗作用のある成分です。ヒントは3つとも野菜。



1つ目の食材とは…

1つ目は、日本最古の医学書「医心方」に記されています。今でもおなじみのその食材とは・・・？“にんにく”！医心方によると、にんにくには「風邪を除き、毒気を殺す」とあります。

2つ目の食材とは…

紫式部によって書かれた「源氏物語」に2つめの食べ物の答えがあります。重い風邪に耐えられず、草を熱して薬として飲む臭いがとてもクサイ…。その正体は、“ニラ”！ニラもにんにくと同じく風邪で弱った身体に効き目があると考えられていたのです。

3つ目の食材とは…

1712年に儒学者・貝原益軒によって書かれた「養生訓」。こちらに最後の答えが書かれています。風邪のときには、「セイキョウ」を薬として、1回にひとかけ飲めば寒さや風邪を防ぐ…。そのセイキョウというのは…？“ショウガ”！

