

## ヘナの素顔

北海道支部 吉野 喜代美

### 1. はじめに

「ヘナ」がこの10～15年ほど日本で急速に広がり始め、やっと市民権を得たように思われます。しかしその広がりとは対照的に「植物ヘナ」としての本当の姿が伝わることなく「ヘナ・天然100%の染毛剤」「ヘナ・植物性染料」という触れ込みのもと、「ヘナもどき」が増え、それらのヘナによって頭皮にかゆみやかぶれ、脱毛などのトラブルが派生しています。

なぜそのようなことが起こってしまったのでしょうか。

その背景には

①ヘナの世界的需要の高まりに合わせて「より売れるヘナ（違法な添加物入りヘナや効果のないヘナなど）」に加工、商品化され市場に出始めた。②正しい認識がなされないままオーガニックブームにのって「ヘナ＝安全・安心の毛染め」という図式だけが自然派志向の方を中心に急速に広まった。③植物としてのヘナの本当の姿を知るための場所やそれを伝える人が少ないために、本物とまがい物の違いやそれを見分ける知識がない。

などのことがあげられます。では、「植物ヘナ」とは何なのでしょう。「ヘナもどき」とはどのようなヘナなのでしょう。

### 2. 植物ヘナとは

ヘナはインドからパキスタン、モロッコにかけて自生しているミソハギ科の低木樹木です。自然な状態では3～6mくらいになります。白色やピンクの花をつけます。その葉は緑色で先がとがっており楕円形、長さ2～3cmくらい、この葉にローソン (Lawson  $C_{10}H_6O_3$ ) というオレンジ系の色素があります。この色素はタンパク質（ケラチン）に反応して、髪や皮膚、爪をオレンジに



ヘナの木

染め上げます。

現代、商業用ヘナは広大な農地にて栽培されており、上質なヘナは半砂漠地帯の酷暑の地で朝晩の温度差が激しい、気候的にはとても厳しいところで育ちます。インド・ラジャスタン州のヘナが世界一とされています。

ヘナの収穫は一年に一度、雨季後の10～11月頃に根元から刈り取ります。これがファーストフレーバーでこの刈り取りのあと灌水をして出た葉、セカンドフレーバーは質的にランク落ちになります。

一般名をヘンナ (henna) ヒンディ語でメヘンディ、和名を指甲花 (しこうか)、爪紅 (つまくれな) と言います。

また、ヘナはインドの女神様・ラクシュミー (美と豊穡、幸運の女神、和名/吉祥天) の愛する植物と言われており、花嫁さんが手足全体にヘナで文様を描くという伝統的な重要な儀式があります。魔除けでもあり、幸せな結婚生活を願いヘナに祈りを込めて描きます。

### 3. アーユルヴェーダから見たヘナ

インドの伝承医学アーユルヴェーダでは、何千

## 会員のページ

年も昔からヘナを体に良い薬草として使ってきました。「アーユルヴェーダのハーブ医学」(ヴァサント・ラッド著)では、薬理作用【解熱・血液浄化・神経調整】、エネルギー特性【冷性】、ドーシャ(病素・健素)への作用【ピッタ・カファの減少、ヴァータの増加】とあります。

アーユルヴェーダでは、生命は3つのドーシャ《ピッタ、カファ、ヴァータ》によって維持されていて、健康とはそれら3つの働きが正常で、かつドーシャ間のバランスが良いことだと考えています。

家庭においても自然療法として、皮膚炎・皮膚病・止血・やけど・打撲・傷などの治療に使われてきていますが、例えば肌の炎症や皮膚トラブルなどはピッタが増加しておこる症状と言われており、ヘナは《ピッタの減少》作用があるので、このような症状に大変効果的であることを昔の人は体験的に知っていました。

また、ヘナには大変優れた抗菌・殺菌作用、抗酸化力があり、ヘナを頭皮につけることでフケやかゆみを抑えたりデトックス効果、足の裏に付けることで水虫防止としても日常的に使われていま

す。

薬理作用としての血液浄化や神経調整などは、女性ホルモンバランスの調整・クーリング作用・リラックス効果があげられ、生理不順の女性や更年期の女性にもとても良い植物と言われています。これらはすべて頭か足の裏に直接ヘナをつけます。

ヘナはヘナの葉を乾燥、粉末化したものを水で溶いて使用します。レーパ(湿布)療法と言うこともできます。アーユルヴェーダのオイルを併用することもお勧めできます。



乾燥したヘナの葉



手にメヘンディをしているところ

#### 4. 髪と頭皮を元気にするヘナ

ヘナは頭皮&髪を甦らせて元気にする効果に大変優れています。パーマやヘアカラーの繰り返しで髪&頭皮はダメージを受けます。傷んだ髪はカットすればなくなりますが、実は髪以上に深刻なのが頭皮です。髪が生まれるところは頭皮にある毛根です。髪がダメージを受けているということは毛根も同じようなダメージを受けています。「抜け毛が増えた」「髪が細くなってきた」「髪が薄くなってきた」などの問題が出てくると、加齢のせいだと殆どの方が思われるのですが、加齢よりも繰り返されるパーマやヘアカラーによって毛根が受けたダメージによるものが非常に多いです。

## 会員のページ

そのような方に上質な天然ピュア100%ヘナを1～3週間に1回続けて行って3～6ヵ月もすると髪がずいぶんと元気になってくるのがわかります。

ヘナにはキューティクルを引き締める収れん作用があります。この収れん作用で髪にコシ・ツヤがでてきてしっかりとした髪になってきます。そして、ヘナの持つ様々な効果効能によって傷んだ頭皮も元気を取り戻し、抜け毛が減り、へんに増え始めたくせ毛も落ち着いてきて、ピカピカと光る美しい髪になってきます。

また、ヘナには白髪防止効果と紫外線防止効果があるといわれており、脂っぼい頭皮には皮脂のバランスを取り頭皮を清浄にします。このようにさまざまな効果を持つヘナは男性・女性、白髪の有無に関係なくお勧めできます。

#### 5. ヘナショックとヘナのデメリット

たまに「本物の天然100%ヘナをしたのに髪がバサバサになった」という方がいます。これをヘナショックと言ったりします。先ほどヘナにはキューティクルを引き締める収れん効果があると言いましたが、これはキューティクルがある場合でダメージが進みすぎていてキューティクルの損傷が激しい場合は整えるキューティクルがないわけですから、そのような髪のところにはヘナは塗布せずに早めにカットしてください。根元の方だけにヘナをしていきます。

ヘアダイ、ヘアカラーとは理論が正反対に違いますのでヘナとの併用は避けなければなりません。このような様々な知識を持つことでヘナのもつ特性を十分に引き出してあげることができます。

またヘナのデメリットとして「ヘナは手間暇がかかる」と、言われることがあります。しかし、自然の恩恵を受けるには私たちの方から歩み寄ることが大切ではないかと私は思っています。ヘナの粉を溶く、ヘナを塗る、そして時間を置く。これは自分の体を見つめる良い時間にもなりますし、ヘナを泥遊びをするように楽しめたら素晴ら

しいですね。

あと、ヘナには解熱・クーリング作用があります。これは決してデメリットではないのですが、寒い時期行うヘナは体を冷やしてしまうので湯煎して温かいヘナをつけるなど注意が必要です。風邪を引いて熱のある時、体調不良、妊娠初期時はヘナは避けてください。

#### 6. 白髪を染めるヘナ

ヘナの葉に含まれるオレンジ色素ローソンは髪のタンパク質に反応して髪をオレンジ色に染め上げます。すべての髪が反応していますが白髪は色素がなく白いのでオレンジがはっきりとわかります。黒髪は色味的にはほとんど変化がありませんが髪がピカピカとしてきます。ヘナを始めた最初のころ白髪は白っぽいオレンジ色ですが繰り返しているうちにとてもシックで落ち着いたオレンジ色になってきます。また、時間も2～3時間置くことで薬効効果も高まり発色もよくなってきます。髪質によっては茶系に近い深みのあるオレンジになります。

これが「天然植物の白髪染め」と言われるゆえんです。天然植物で白髪が染まって、髪や体・心にもいい植物は他にはありません。大変貴重な植物だと言えます。

#### 7. 「ヘナもどき」によるトラブル

2006年、国民生活センターに寄せられた「ヘナで湿疹、かぶれが生じた。問題となる染料が使用されていないか調べてほしい」という要望のもと同センターが調べた結果、7銘柄の「ケミカルヘナ」「ブラックヘナ」「雑貨品」「人毛かつら用」と、表示のあるものからアレルギーの原因となる化学染料のパラフェニレンジアミン、パラアミノフェノールが検出されました。これらはヘアダイやヘアカラーに含まれ刺激性が強く接触皮膚炎を起こす可能性があり、発がん性の疑いもあります。この化学染料は医薬部外品に当たるために、薬事法の問題にも抵触する上にその配合割合が高くヘナに濃縮した状態で入っていることがわかりまし

## 会員のページ

た。これではトラブルがおきても当たり前の深刻な問題です。

また、化粧品に分類されていますヘアマニキュアやカラースプレー等に使用されているHC染料、塩基性染料などの混入にも注意が必要です。

この後も続々とヘナに混入される新しい薬品添加物は後を絶ちません。ピクラミン酸という添加物は少量で素早く白髪にオレンジ色を発色させます。古くなったヘナを新鮮に見せるためのダイヤモンドグリーンなどの人工着色料。添加物は薬品や着色料だけではありません。ヘナによく似たケズリやアワル、カッサなどの植物、砂、枝や茎、などの自然素材ではあっても粗悪であったり効果の無い物の混入が多数発見されています。

法規制がとても甘いインドで混入されるケースも多いです。ヘナ農家は世界市場を相手により多くのヘナを、より高く販売したいわけです。そして市場マーケットにはどんなヘナも出ています。消費者が「白髪がオレンジになるのは嫌だから黒くしたい、茶色くしたい」というと、危険なケミカル入りの「黒く染まるヘナ」が製造され販売されます。ですから消費者側の意識も大切になってきます。

ヘナの栽培には農薬も化学肥料もありません。ヘナ好みの気候条件がヘナを育てます。ヘナの粉に濃縮された化学薬品が添加されるということ



ヘナ農場にてヘナの刈り取り

は、野菜でいうと無農薬・オーガニック野菜の収穫後にポストハーベスト（防かび剤）をかけるようなものです。これで体に良いオーガニック野菜ではなくなりました。ヘナも同じなのです。

### 8. 本物ヘナの見分け方

目で見て見分けるのはほとんど難しいです。まずはヘナについて正しく知ることが大切になってきます。「ヘナ」にあるのはオレンジの赤系色素です。それ以外はありません。「染まらないヘナ」もヘナではありません。ヘナをしに行った美容室で「どんな色にしますか？」と聞かれたら「ヘナはオレンジにしかならないはずですが、どんな色とは何が入っていますか？」と、質問してみてください。納得がいくまで聞いてみてください。正しい知識を持っていると「これはおかしい」というのがわかってきます。自分の体は自分で守るしかありません。

2001年化粧品の規制緩和によりヘナが化粧品登録できるようになりました。化粧品登録をしますと全成分表示義務があります。この表示義務によって製品を製造する企業が自己責任のもと安全性を十分確認して原料を選択し配合しなければなりません。化粧品には医薬部外品である危険な酸化染料等は添加できません。

しかし、イタチごっことなっている添加物をすべて検査確認することは難しく、化粧品登録されているヘナでも、安全が100%保障されているわけではありませんが、化粧品登録商品で、もし何かトラブルが発生した場合は製造物責任法（PL法）によって、消費者は製造者の責任を問うことができますので、企業も安全性を確保する努力をします。ですので、自分で購入する場合はまず化粧品登録されているヘナを選び、そのうえで更にHP等でその企業のヘナに対する考えやヘナのインドや日本における検査体制、ヘナ輸入等における情報開示をよく吟味してみてください。

天然100%ヘナも売っているけどブラックヘナやケミカルヘナと一緒に販売している企業は避け

## 会員のページ

たほうが無難と思われれます。インドのお土産ヘナや雑貨扱いヘナ、人毛かつら用ヘナは使用してはいけないヘナです。「早く染まるヘナ」という触れ込みも注意が必要です。手にとれる場合はパッケージをよく確認いたしましょう。

また、本物の天然100%ヘナだとしても、その質にはピンからキリまであることを覚えておいてください。

### 9. インディゴとインドハーブ

ヘナの赤みを打ち消す植物としてインディゴを混ぜたり、ヘナ後にインディゴをししたりします。上手にインディゴを使用すると植物だけで白髪を黒っぽくすることができますが、髪がパサつきやすく艶がなくなりやすい、アレルギー反応を起こすとかぶれなどのトラブルがしやすい、などのデメリットもあります。

髪や頭皮に良いとされるインドハーブもさまざまあります。アマラキ、ニーム、ブランミー、シカカイなど用途に応じてブレンドして使用することで色のつかないトリートメントやハーブシャンプーができます。また、ヘナに混ぜることでヘナの赤みを抑え、薄いオレンジ系にしたりもします。

### 10. パッチテスト

天然100%の植物であっても、その植物にアレルギーを持っている方がいます。初回はパッチテストを行ってください。中でも、過去にヘアカラーやパーマでかぶれた経験のある方、食べ物・植物アレルギーのある方、インディゴは特にアレルギー反応が出るとひどいかぶれを起こすことがありますのでご注意ください。気になるときは施術前に随時パッチテストを行ってください。

### 11. 美容師・理容師へのお願い

残念ながらいまだ化学染料入りのヘナをしている美容室が多くあるのが実態です。これは薬事法に抵触していますがそのことを知らない美容師も

います。

健康に携わるお仕事をされている方々の中には本当にヘナを愛して、本物のヘナを伝えている人々がたくさんいます。しかし残念ながら美容師法によって美容師の免許を持っていない人はヘナの施術をすることはできません。

美容師・理容師はお客様から信頼されているヘッドのプロです。植物ヘナを正しく学んで施術してもらえることを望んでいます。

### 12. 最後に

私は20年の美容歴の後、2002年1月にヘナ専門美容室へと転向しパーマ・ヘアカラーをやめました。それはヘナの本当の素晴らしさを知ったからです。それから一貫して「植物ヘナ」としての姿を当サロンにて伝え続けています。

ヘナはドラゴンボールで言ったらスーパーサイヤ人です（笑）。ヘナは元気玉をバンバン出して、私たちを元気にしてくれます。どうか植物ヘナの恩恵にたくさんの人があずかることを願ってやみません。

ヘナ&ヒーリング オクタキ

吉野 喜代美 美容師・ヘナ講師・毛髪診断士

webpage url : <http://www.okutaki.com/>

mailto : [info@okutaki.com](mailto:info@okutaki.com)

