

# 체질 케어매니지먼트를 위한 비만 대상자 체질분류

## Constitution classification for pyknic constitution care management

김명숙, 조기호(공주대학교 지리학과, ghjo@kongju.ac.kr)

인간의 체질은 장기간 기후대별 자연환경에 적응하는 진화과정에서, 해당 환경에서 생존하는데 적합한 특성으로 신체가 변화되고 장부의 기능이 상호 조절되면서 발생되며, 이는 Table 1에 언급된 환경지리학 이론들에 의하여 설명될 수 있다. 이렇게 발생하는 인간의 체질은 Ökumene결정의 주요 기본요인인 溫冷乾濕의 기후조건에 따라 기본적으로 네 체질로 구분되고, 인류이동과 유전결합에 의하여 다시 여덟 그룹으로 분화되어 유전되며, 각 체질별로 유전된 12經脈의 虛實特性 차이를 나타낸다(Table 2, 3).<sup>1)</sup>

그런데 이들 환경적응체질의 환경적응 특성을 고려하면(Table 2), 건조기후에 적응한 특성이 유전된 w체질은 습윤기후에 적응한 특성이 유전된 f체질보다 마른 체격특성을 나타내고 습윤기후에 적응한 특성이 유전된 f체질은 건조기후에 적응한 특성이 유전된 w체질보다 비만의 특성을 나타낼 가능성이 더 높을 것으로 추론되고 있다(Table 2, 3).<sup>2)</sup> 본고에서는 이를 확인하고, 최근 질병으로 분류되기 시작한 비만을 체질 케어매니지먼트를 통하여 관리하는데 기여하기 위하여, 비만 대상자의 체질을 조사하였다.

이를 위하여 K대학교 보건소와 함께 대학생들을 대상으로 2006년 3월 1일부터 15일까지 2차에 걸쳐 비만관리 희망자를 모집하여 이들의 환경적응체질을 조사하였다. 체질은 인터넷 S/W조사법과 자기력을 이용한 악력조사법을 적용하여 확인되었다(조기호 2005).<sup>3)</sup> 비만관리 지원자는 총 43명이었는데, 이 중에서 비만관리 대상자로 선발된 인원은 BMI 25 이상의 대상자 17명이었다. 그리고 체질 케어매니지먼트 대상자로 선발된 인원은 BMI 25 이상 대상자 17명과 BMI 25 이하로 비만관리 대상자에서 탈락시킨 대상자 중에서 비만관리를 강력하게 희망한 BMI 24~25 사이 대상자 5명을 포함하여 22명이었다. 이들의 체질을 조사한 결과 Af<sup>☐</sup>체질이 7명, Af<sup>⊕</sup>체질이 11명, Af<sup>⊖</sup>간허체질 1명, Af<sup>⊕</sup>비위허체질 1명, Af<sup>⊕</sup>비허체질 1명, Aw<sup>⊕</sup>체질이 1명으로, Af체질이 95.5%(21명) 이었고, Aw체질이 4.5%(1명) 이었다. 따라서 습윤

1) 조기호, 2005, 수지 임독맥의 유주 위치 확인 - 환경적응 체질 적용을 위하여 -, 한국정신과학학회지, 9(2) 27~44.

\_\_\_\_\_, 2006, 기후대별 환경적응 체질의 발생과 특성, 한국환경보건학회지, 32(2), 149-163.

Constitution care management: 개인의 삶의 질 향상과 건강증진을 위하여 체질을 조사하고 해당 체질에 적합한 서비스를 제공하는 것을 의미한다.

2) 체질을 고려하지 않는 의학분야에서도 비만이 부분적으로 가족력과 관련이 있고, 코호트연구에서 소아비만이 성인비만으로 이어지는 것으로 조사되고는 있으나, 일반적으로는 체질과 상관없이 식습관과 활동량부족을 비만의 원인으로 보고 있다 (<http://www.dongascience.com>, 2006.4.28).

3) S/W는 조사기간 동안 [www2.kongju.ac.kr/medicine](http://www2.kongju.ac.kr/medicine)에 구현시켜 실시되었으며, 조사에서 인터넷 S/W 조사결과와 자기력조사결과가 일치하지 않을 경우에는 자기력조사법의 적용결과를 중시하였다. 그리고 BMI는 InBody 3.0으로 확인되었다.

기후에 적응한 특성이 유전된 체질이 비만이 될 가능성이 높은 것으로 볼 수 있다.

그러나 본 고의 조사결과, 검사자의 숙련도와 피검자와 검사자의 조사조건에 따라 차이가 나타날 수 있으며, 자기력을 적용한 악력조사법과 피검자수가 적은 것에 대하여 비판적인 경우에, 그 신뢰성이 하락될 수 있기 때문에, 절대적 객관적으로 확인된 사실이 아닌 상대적으로 확인된 사실로 인식될 수 있다. 이러한 문제점을 해결하기 위해서는 학제간 연구를 통하여 경혈이 아닌 경락에서의 인체기 유추허실상

Table 1. Constitution classification for pyknic constitution care management

person	Constitution	Aw <sup>□□</sup>	Aw <sup>⊕</sup>	Dw <sup>□□</sup>	Dw <sup>⊕</sup>	Af <sup>□□</sup>	Af <sup>⊕</sup>	Df <sup>□□</sup>	Df <sup>⊕</sup>
22(100%)		0(0.0%)	1(4.5%)	0(00%)	0(00%)	7(31.8%)	14(63.6%)	0(00%)	0(00%)

Table 2. Development of constitution characteristics adapting to environment(source: JO Gi-HO 2006)

Lewis pulsation theory and constitution		
constitution	climate	
		warm
		cold
blood circulation of terminal part of body(finger, foot, ear) constitution(example)		weaken the blood circulation □□constitution(Aw <sup>□□</sup> : 心經虛)
		reinforce the blood circulation ⊕constitution(Dw <sup>⊕</sup> , Df <sup>⊕</sup> : 心經實)
Allen's rule and constitution		
constitution	climate	
		warm
		cold
length and thickness of terminal part of body(finger) constitution(example)		longer and slender □□constitution(Aw <sup>□□</sup> )
		shorter and thicker ⊕constitution(Dw <sup>⊕</sup> )
Bergmann's rule and constitution		
constitution	climate	
		warm
		cold
body mass(volume : surface area) constitution(example)		smaller □□constitution(Aw <sup>□□</sup> )
		larger ⊕constitution(Df <sup>⊕</sup> )
Sajudang Lee(師朱堂 李氏 胎教新記) and constitution		
constitution	climate	
		warm
		cold
mouth and nose nature(心性) constitution(example)		larger mouth and lower nose generous(寬而好仁) □□constitution(Aw <sup>□□</sup> , Af <sup>□□</sup> )
		smaller mouth and higher nose sturdy(儼強而好義) ⊕constitution(Dw <sup>⊕</sup> , Df <sup>⊕</sup> )
Gloger's rule and constitution		
constitution	climate	
		humid(lower latitude, higher solar radiation, warm)
		arid(higher latitude, lower solar radiation, cold)
skin color(melanin formation) constitution(example)		darker f-constitution(Af <sup>□□</sup> )
		lighter w-constitution(Dw <sup>□□</sup> )
arid-humid climate and constitution		
constitution	climate	
		humid
		arid
perspiration(aperture of sweat duct, skin) constitution(example)		more sweat(larger, rough) f-constitution(Af <sup>□□</sup> ), pyknic body type
		less sweat(smaller, dry) w-constitution(Aw <sup>□□</sup> , leptosome)
climate(W. Köppen/R. Geiger) for development of constitution and basic constitution		
	climate(warm/cold)	warm climate
	climate(arid/humid)	(A : over 18° in every month)
	f-climate(humid, plenty precipitation in every month)	Af <sup>□□</sup> constitution(cold-wet)
	w-climate(arid in winter)	Df <sup>⊕</sup> constitution(warm-wet)
		Aw <sup>□□</sup> constitution(cold-dry)
		Dw <sup>⊕</sup> constitution(warm-dry)
human movement or/and hereditary combination and constitution		
	move to warm or cold climate zone or/and hereditary combination	move to cold climate zone or hereditary combination with ⊕constitution(development area and period/1,000 years ago)
	arid-humid climate	
	w climate(arid)	Aw <sup>□□</sup> constitution(E-Africa, over 160)
	w climate(arid)	Aw <sup>⊕</sup> constitution(Europa, 52-45)
	f climate(humid)	Dw <sup>□□</sup> constitution(S-Asia, after 40)
	f climate(humid)	Dw <sup>⊕</sup> constitution(C-Asia, 45-40)
		Af <sup>□□</sup> constitution(C-Africa, over 160-135)
		Af <sup>⊕</sup> constitution(Europa, 52-45)
		Df <sup>□□</sup> constitution(S-Asia, after 25)
		Df <sup>⊕</sup> constitution(N-Asia, 40-25)

Table 3. Meridian characteristics of standard constitution adapting to environment(source: JO Gi-HO 2006)

M: Body meridian, d: deficient condition(虛), ton: tonifying(補),  
s: be strengthened, s: sufficient condition(實), red: reducing(瀉), we: be weakened

Constitution Meridian ton/red		Aw constitution (adapting to warm-arid climate)		Dw constitution(adapting to cold-arid climate)		Af constitution(adapting to humid-warm climate)		Df constitution(adapting to humid-cold climate)	
		Aw <sup>□□</sup> cold-dry	Aw <sup>Ⓢ</sup> changed	Dw <sup>□□</sup> changed	Dw <sup>Ⓢ</sup> warm-dry	Af <sup>□□</sup> wet-cold	Af <sup>Ⓢ</sup> changed	Df <sup>□□</sup> changed	Df <sup>Ⓢ</sup> wet-warm
H(心)	ton	1. d-ton(st)	1. s-ton(we)	1. d-ton(st)	1. s-ton(we)	1. d-ton(st)	1. s-ton(we)	1. d-ton(st)	1. s-ton(we)
SI(小腸)	red	1. d-red(we)	1. s-red(st)	1. d-red(we)	1. s-red(st)	1. d-red(we)	1. s-red(st)	1. d-red(we)	1. s-red(st)
P(心包)	ton	2. d-ton(st)	2. s-ton(we)	2. d-ton(st)	2. s-ton(we)	2. d-ton(st)	2. s-ton(we)	2. d-ton(st)	2. s-ton(we)
三焦(三焦)	red	2. d-red(we)	2. s-red(st)	2. d-red(we)	2. s-red(st)	2. d-red(we)	2. s-red(st)	2. d-red(we)	2. s-red(st)
Sp(脾)	ton	1. d-ton(st)		1. s-ton(we)		2. s-ton(we)		2. d-ton(st)	
S(胃)	red	1. d-red(we)		1. s-red(st)		2. s-red(st)		2. d-red(we)	
K(腎)	ton	1. s-ton(we)		1. d-ton(st)		2. d-ton(st)		2. s-ton(we)	
B(膀胱)	red	1. s-red(st)		1. d-red(we)		2. d-red(we)		2. s-red(st)	
L(肺)	ton	2. d-ton(st)		2. s-ton(we)		1. d-ton(st)		1. s-ton(we)	
LI(大腸)	red	2. d-red(we)		2. s-red(st)		1. d-red(we)		1. s-red(st)	
Liv(肝)	ton	2. s-ton(we)		2. d-ton(st)		1. s-ton(we)		1. d-ton(st)	
G(膽)	red	2. s-red(st)		2. d-red(we)		1. s-red(st)		1. d-red(we)	
CV(任)	ton	deficient condition-tonifying(be strengthened)							
GV(督)	red	deficient condition-reducing(be weakened)							

태와 경락보사효과를 정확한 단위로 계량화할 수 있는 계측기가 개발되어야 한다. 그리고 본 고에서는 경제적인 문제로 적용하지 못하였으나, 추후에 피검자수를 증가시키고 첨단의료장비를 이용하여 조사한다면 비만대상자의 체질을 좀 더 높은 정확도로 규명하여 비만의 원인과 치료에 기여할 수 있을 것이다.