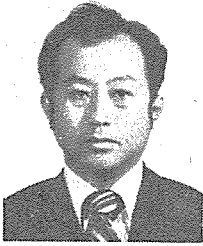


## 호도(胡桃)

### 도상학



호도나무는 낙엽성 교목으로 잎은 기수우상 복엽이며 소엽은 3~7쌍이고, 길이 6~10cm의 전연인 넓은 타원형이며 뒷면에 약간의 털이 붙어있다.

5월경에 황백색의 단성화가 피며 달걀 모양의 핵과가 10월경에 익는다.

근연식물로는 가래나무, 긴가래나무가 있다.

호도는 가래에 비해 크고 둥글고 가래는 열매가 작고 길다.

가래나무는 중부 이북지역에서 재배가 되고 호도나무는 중부 이남 지역에서 재배된다.

특히 호도나무는 경상북도 영동



군 향간지역의 물한리 계곡에 많은 군락을 이루고 있어 호도의 집합지라 생각된다.

호도의 원산지는 중국이다.

호도의 종자는 호도인이라 한다.

호도나무의 열매는 과피를 벗긴 핵과를 깨뜨려 얻은 씨를 말한다.

양날개 모양이며 갈색의 종피를 갖고 있다. 기름기가 많으며 기름진 맛이 있고 고소하다.

성분은(種仁)은 지방유 40~50%로서 linolein이 대부분이며 덜 익은 가종피에는 Juglone C<sub>10</sub>H<sub>6</sub>O<sub>5</sub>과 Hydrojuglone을 함유하며 후자는 공기중에서 산화되어 Juglone이 된다.

엽에는 Kaempferol-3-glucose를 함유한다.

藥効는 한방에서 자양, 강장, 진해약으로 쓰이며 그 기름은 동상·옴등의 피부병에 쓰이고 잎의 전제(10;100)는 모생약(毛生藥)으로 사용한다.

특히 폐결핵에 오래 먹으면 유효하고 호도나무의 청피즙(靑皮汁)은 세발료에 사용한다. 호도차로 마시는 것도 좋다.

茶의 재료는 호도 알맹이다.

호도의 알은 굵은 편이 좋다.

한해 묶은 것은 영양가가 떨어져 고 맛도 쓴 맛이 있으므로 그해 생산된 것을 취한다.

호도는 열매 그대로 용기에 넣어 습기 없는 장소에 두고 조금씩 까서 쓴다. 호도를 까서 속살의 얇은 껍질을 벗기고 햇볕에 말린다.

마른 호도살을 갈아서 가루를 내어 가루3, 벌꿀1의 비율로 고무버무리서 용기에 넣어 밀봉해 두고

쓴다.

茶 분량은 열탕 1잔에 2~3숟갈씩 타서 식간에 하루 2~3회씩 마신다. 가루를 용기에 보관할 때 울무쌀가루를 1할 비율로 가하면 더욱 효과가 좋다고 심상용선생은 말한다.

호도를 오래 먹으면 몸이 살찌고 건강해진다. 피부가 윤택해지고 머리털이 검은다.

또 호도나 가래를 노인분들이 두손에다 2개씩 마주 잡고 돌리면 혈액순환이 잘되고 또 마디마디가 굳어지지 않아 오래전부터 사용해 왔다.

옛 문헌에, 호도를 먹으면 소화가 잘 되고 혈액이 잘 통하고 골육이 살찐다 했고 호도를 먹으면 기(氣)를 보하고 혈(血)을 늘린다.

호도는 肺氣와 천식을 다스리고 신(腎)을 보하며 요통을 다스린다.

담질(痰疾)에는 호도육 3개와 생강 3편을 밤자리에 들어 썰어 먹는다. 이렇게 먹으면 고요히 잠 잘 수 있고 반드시 낫는다.

또 홍증(洪輯)의 어린 젓먹이가 담천병(痰喘病)으로 5일간 주야로 젓을 먹지 못해 의사는 위태하다고 말했는데, 인삼호도탕(人蔘胡桃湯)을 먹였더니 기침이 즉시 진정됐다.

인삼호도탕은 인삼 1촌과 호도 1개를 물에 달여 1숟갈씩 먹는다.

소변이 자주 마려운 사람에게 호

도를 불에 구워 취침 전에 3~4 개씩 씹어 온주(溫酒)로 먹는다.

胃酸이 많은 사람도 호도를 매일 4~5개씩 생강즙으로 먹으면 유효하다.

백일해 환자에게 호도를 매일 아침, 저녁 3~4개씩 먹으면 낫는다.

이가 썩시고 아플때도 호도를 매일 자주 먹으면 유효하다고 한다.

또 호도만을 먹는 방법은 첫날은 1개를 먹고 매 5일마다 1개씩 늘린다. 이렇게 해서 20개에 이르면 중지하고 다시 1개씩 처음과 같이 시작한다.

이런 방법으로 상식(常食)하면 능히 음식을 잘 먹게 되고 뼈속에 살이 찢고 피부가 윤택해지고 수염과 머리카락이 검어지며 혈액이 잘 통한다.

호도차에 해 더 설명하자면,

호도차는 肺의 활동을 원활하게 하고 腸을 도우며 腎腸을 튼튼하게 하고 腸氣를 돕고 강정(強精), 보뇌(補腦)의 자양효과(滋養效果)를 갖는 가정에서 상비해 두어야 할 보약 음료이다.

호도차 만드는 방법은 호도속의 껍질을 벗긴 호도살을 찢어서 얼음 설탕을 넣고 걸쭉하게 걸이던가 또는 진꼴에 절여도 좋다. 이렇게 해서 향아리나 단지에 담아 밀봉하여 둔다.

먹을 때에는 한번에 큰 숟가락으

로 하나를 끓인 물로 복용하면 된다. 이렇게 매일 3~5차례 복용한다.

〈필자=동덕여대 약학과 교수〉

### 뉴스스팟

#### 寄協·健協 홍보게시판 제작



寄協과 健協이 공동으로 사용할 홍보게시판이 제작되어 본부 건물 정문 좌측에 세워졌다.

기협과 전협은 앞으로 각종 계몽선전 유인물과 입찰공고, 게시문 등을 이 홍보판을 통해 부착, 선전과 계몽, 게시문 등을 고시할 작정이다.

#### 자연보호헌장공포 4주년 기념식 행사



한국기생충박멸협회 본부 전직원 및 강서구 관할직원, 동사무소 직원은 1982년 10월 5일, 전국적으로 실시되고 있는 자연보호 캠페인 4주년을 기념으로 강서구에 소재하고 있는 안양천주변과 도로변을 청소하여 깨끗한 거리를 만드는 데 앞장섰다.

〈안양천변과 도로변을 청소하는 기협 직원들〉