

### 쑥

### 도 상 학



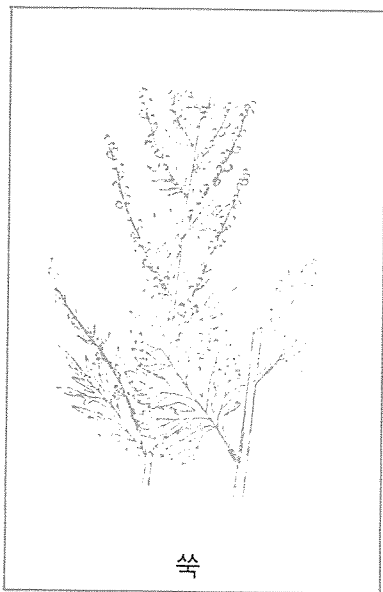
쑥은 언제부터 인간이 사용하였는지는 확실히 알 수 없으나 우리 단군신화 속에 쑥과 마늘은 곰이나 호랑이에게 계속 투여 했더니 사람이 되었다고하며 쑥과 마늘을 먹은 곰이 여신으로 변하여 단군을 낳았다는 이야기가 있다.

이것이 비록 신화이기는 하나 먼 옛날부터 우리 조상들이 쑥은 식(食)으로서 사용하였음을 엿볼 수 있다.

쑥은 다년생 초본으로서 줄기의 높이가 60~90cm이며 백모가 밀생한다.

잎은 호생하며 장단형이고 1~2회 우상으로 중렬한다.

열편은 타원형이며, 끝이 뾰족하고



쑥

뒷면에는 백모가 밀생하고 향기가 있다.

쑥은 애엽(艾葉)이라고 하며 옛부터 음력 5월 단오 전후하여 채취한 쑥이 가장 약효가 좋다고 전한다.

차로 쓰는 쑥도 이 무렵의 쑥잎을 채취하는 것이 좋다.

쑥은 옛날부터 바닷가 쑥이나 섬의 쑥을 채용하고 육지의 쑥은 채용하지 않는다. 쑥의 향만 맡아 보아도 바닷가의 쑥과 육지의 쑥은 곧 분간된다.

바닷가의 쑥은 바다바람을 쐬어 독성이 적고 향이 순하고 육지의 쑥은 독한 냄새를 풍긴다.

주로 약산과 들과 밭이나 도로 등에 많으며 특히 우리나라에서는 옛날부터 강화도 쑥이 유명하였으나 그곳의 쑥만으로는 수요의 부족으로 인하여 지금은 인천 앞바다의 쑥을 많이 애용하고 있다.

같은 쑥이라 할지라도 바닷가나 섬에서 자생하는 것이 더욱 약효가 좋다고 해서 애용된다.

최근에는 이러한 쑥을 말려서 일본으로 다량 수출되고 있기 때문에 그 전보다 값이 비싼편이며 그들은 이 쑥으로 칩쌀떡을 만들어 먹으면 속병에 좋다고 해서 애용하고 있는 듯하다.

쑥의 성분은 잎에 정유가 0.02% 함유하고 주성분은 Cineol(약50%)이며 이밖에 Thujone,  $C_{10}H_{16}O$ , Sescquiterpene 등을 함유한다.

또한 Aden 0.02%, cholin 0.11% 비타민 A, B, C, D를 함유하고 있다.

쑥의 약리작용은 온침액의 개구리 임파관내주사(淋巴腔内注射)는 죽복막혈관 횡경(足跟膜血管横經)에 현저한 변화를 미치지 않고 개구리 후지혈관류실험(後肢血管流實驗)에서도 낙하적수(落下滴數)에 거의 변화가

없으며 토끼의 정맥내에 주입하여도 혈관응고 시간을 단축시키지 않으므로 지혈작용은 없다고 생각된다.

한편 물 역기스는 토끼 적출장관(滴出腸管) 개구리 적출심장에 대하여 억제적으로 작용하여 20mg/kg 투여로 호흡증가와 혈압하강을 나타내고 mouse에 7일간 피하에 연속 투여하면 모세혈관 투과성에 대하여 현저한 약제작용을 나타낸다.

약효는 수렴 및 지혈약으로 자궁출혈 코피 등에 쓰이고 강장 보혈 효과가 있다.

그 밖에 월경불순 자궁출혈 비출혈(鼻出血) 외상(外傷) 치질(痔疾) 대하(帶下)에도 유효하며 안태(安胎)와 인질의 냉기(冷氣) 예방에도 특효가 있다.

부인병과 건위 설사 치료제로도 사용한다. 이밖에 뜸에 쓰는 뜸쑥의 원료로 쓰이고 식용으로 다량 소비하고 있다.

쑥차는 너무 쓰기 때문에 결명자(決明子)와 등분(等分)하여 달이는 것이 좋다.

① 1일 분량은 쑥잎만으로 달일 때에는 물 500cc(약 2 흡반)에 쑥잎 10~15g을 넣고 달여 하루에 마신다.

② 결명자와 혼용할 때는 물 600cc에 쑥잎 5~6g 결명자(決明子) 10~15g을 넣고 다려 하루에 마신다.

③ 설량은 타지 않는다. 쑥맛을 싫어하는 사람은 양을 줄이는 것이 좋다. 과음은 좋지 않다.

쑥쥬의 찹질로 사용되는 쑥은 주로

마르지 않는 생쑥을 사용하는 것이 보다 좋다.

그 찜질방법으로서는 찜질을 필요로 하는 상처가 컸을 경우에는 깨끗하게 채집한 쑥의 잎을 절구나 기타 방법으로 찢어 그대로나 아니면 찢어서 상처에 붙이고 붕대로 감아 묶어 둔다. 그리고 상처가 적은 곳이라면 쑥잎을 손바닥에서 비벼 상처에 대고 붕대로 꼭 동여 매고 몇 시간을 그대로 둔다.

대개 이 방법들은 상처를 입었을 때 하는 응급치료법으로 사용되고 있다.

쑥은 찜질로 사용할 경우에는 출혈이 되고 있거나 아니면 출혈성 소질이 있는 상처에 많이 사용된다.

그 외로는 마른 쑥으로 구술(灸術)에 있어서 가장 중요하게 사용되며 초생아(初生兒)와 산모(産婦)의 목욕용으로 많이 쓰여진다.

쑥을 떡으로 만들어 먹는 외에도 쑥으로 먹는 경우도 많고 달여서 먹기도 하며丸을 만들어 복용하기도 하나 이는 그때 그때 환자의 병세에 따라 처방이 각기 달라질수 있다.

땀을 뜨면 백혈구의 수가 정상시보다 2,3 배나 늘어나면 역물질이 생기는 것으로 믿어지고 있다.

쑥을 식품으로 할 때는 독한 맛이 있어 삶아서 하룻밤 쭈 물에 담갔다 먹는 게 좋고 말려두면 1년내내 먹을 수 있다.

개피떡이나 쑥버무리는 떡의 산성을 쑥이 중화하고 그 영양적인 보완

을 하며 고운 빛깔과 향내는 식욕을 돋우어준다.

쑥을 튀김으로 할 때는 기름온도를 좀 낮게하고 천천히 튀기는 것이 좋다.

애엽(艾葉)은 세계적으로 *Artemisia asiatica Nakai*이고 *Compositae*에 속한 식물이다.

생약명은 *Artemisiae Folium*이라고 부른다.

한방의 약리 작용은 출혈시간과 응고시간을 단축하고 묽으면 작용이 증강된다.

즙제(煎劑)는 피부진균에 대한 강한 억제작용이 있다.

건위는 위액분비를 촉진하고 식욕을 증진시킨다. 단, 대량으로 부여되면 약심(惡心) 구토를 일으킨다.

부인과영역의 지혈이나 유산 방지에 상용된다.

하복부통, 성기출혈 등의 유산의 징조가 있을 때 아교(阿膠)를 배합하여 지혈하고 사물탕(四物湯)으로 혈액을 조화하며 다시 쌍기생(桑寄生), 黃芩, 續斷등을 가미해서 유산 방지에 효과를 강화한다.

이 처방을 교애사물탕가감(膠艾四物湯加減)은 아교 12g, 애엽(쑥) 6g, 당귀 9g, 백작약 5g, 숙지황 12g, 쌍기생 18g, 속란 9g, 토사자 12g, 백출 12g, 황기 12g을 물에 다려 마신다.

그 이외에는 허한(虛寒)으로 인한 출혈 특히 자궁출혈 원경과다에 쓴다.

한증(寒證)으로 인한 복통에 쓴다.

습진 백선증(白癬症) 등의 피부병에 쓴다.

쑥(艾)의 음모(絨毛)는 온구(溫灸)의 재료이다.

옛날 문헌에 기재된 것을 소개하면 명의별록(名醫別錄)에는 쑥은 특히 민간요법에 많이 쓰인다. 한방에서는 지혈 통경 및 보온약(保溫藥)으로 많이 쓰인다.

쑥을 백병(百病)에 뚫는다. 가허달여 먹으면 토혈하여 음양 부인누혈을 그치게 한다.

당본초(唐本草)에는 쑥은 비혈 하혈 농혈리(膿血痢)를 그치게 한다.

일화본초(日華本草)쑥은 대하증을 다스리고 광란전근(霍亂轉筋)을 그치게 한다.

본초강목(本草綱目) : 쑥잎을 쓰는데는 오래된 묵은 것을 쓴다. 맹자는 말하되 7년병에 3년 묵은 쑥을 구하라 하였다. 그어의 위생통에 어린 쑥잎을 짓찧어 매부 2분씩 열탕에 타서 마시면 유효하다.

부토가 심할 때 생쑥잎을 손으로 비벼 조금씩 생강즙으로 먹는다.

위통 위경련이 심할때 쑥잎을 짓하개 달여 마시면 낫는다.

오래된 이질에 쑥잎과 진피(陳皮)를 등분하여 물에 달여 마신다.

음에 쑥을 초기 달여 그즙으로 환부를 자주 씻으면 낫는다 등으로 기재되어 있다.

필자=동덕여대 약학과 과장·교수

## 독자문예

### 자 연



### 김 보 홍

실록 우거진  
싱그런 숲사잇 길

골 푸른 시냇가  
물결 굽이쳐

온 누리 펼쳐이며  
두 손 모은다.

구슬 굴리듯  
옥음 다듬는 듯

백옥같은 물무늬  
바위에 부딪혀

푸르른 자연에  
아름다이 빛나리.