

# 대 추

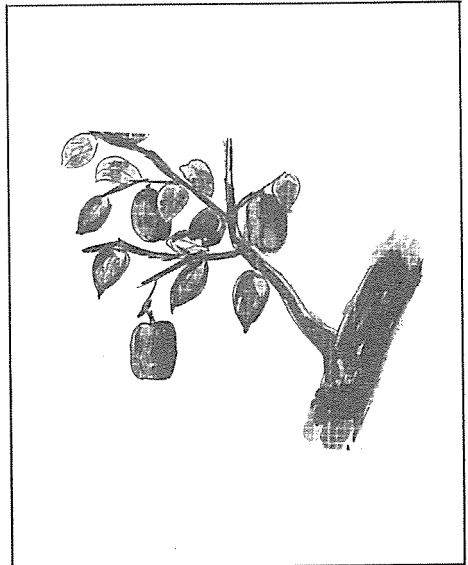
## 도 상 학



대추나무는 세계적으로 *Zyzyphus, juju ba var intermis* Mill (갈매나무과 *Rhamnaceae*에 속함)이라 부른다.

우리나라에는 대추나무, 충북 보은에서 자생하는 보은대추(*Zyzyphus Vulgaris* Mill var. *boeunensis* CHung)가 있고, 뿔대추나무(*Zyzyphus vulgaris* Mill var. *spinosa* Bung)의 3종류가 분포되고 있다. 대추의 생약명은 *Zyzyphi inornis Fructus* 라고 부른다. 대추는 대추나무의 과실을 성숙시에 채취하여 건조한 것이다.

대추나무는 척박하고 건조한 곳에 자라는 낙엽관목으로서 가지 끝이나 잎 뒷면에 약간 털이 있는 것 이외는 털이 없다. 작은 가지는 한 군데서 여러개가 나오며 일부는 떨어진다.



잎은 호생하며 난형으로 윤채가 나고 예두 또는 둔두 원저로서 길이 2~6cm, 넓이 1~2.5cm이며 기부에서 삼대맥이 발달하고 가장자리에 둔한 거치가 있다. 꽃은 양성이며 담록색으로 5~6월, 잎액에서 나오는 휘산화서에 2~3개씩 달리고 짧은 대가 있다. 핵과는 타원형 또는

구형이며 9~10월에 적갈색 또는 암갈색으로 익는다. 보은대추는 작으며 가장 달다.

뫓대추의 씨를 볶은 것을 산조인(酸棗仁)이라고 하며, 한방에서 수면제로 쓰인다.

대추는 바깥면이 적갈색이고 약간의 특이한 냄새가 있으며 맛은 달다. 이 약은 타원형 뫓 넓은 달걀 모양이고 길이 2~3cm, 지름 1~2cm이다. 바깥색은 적갈색이고 거칠은 주름이 있거나 어두운 적색이며 가는 주름이 있으며 모두 광택이 있다. 양끝은 약간 오목하게 들어갔으며 한쪽 끝은 화주의 자국이 있고, 다른 끝에는 과병의 자국이 있다. 외과피는 얇고 혁질이며 중과피는 두껍고 어두운 회갈색을 나타내며 갓슴같으며 부드럽고 점착성이 있으며 내과피는 극히 딱딱하고 방추형이며 한쪽 끝은 뽕족하고 내부는 두방으로 나누어져서 난원형이고 편평한 씨가 들어 있다.

재배 : 우리나라 각지에 재배할 수 있으나 중부이남지방이 더 좋고 토질은 햇볕이 잘드는 집 부근, 바깥 산 기슭같은 곳에 잘 자란다.

번식은 씨로서 번식이 잘 되지 않으며 포기밀 부근에서 나오는 결눈을 나누어 심는 것이 보통이다. 정식관리에 있어서 심는 방법은 일반 과수심는 방법에 따르며 심는 간격은 심는 곳에 따라 적당히 정할 것이나 산비탈 같은 곳에 온 발에 심을 때에는 10m<sup>2</sup> 한 나무 정도 씨이 되도록 심고 정식후 3~4년 동안은 콩같은 작물을 간작으로 심어도 좋으며, 퇴비 초목회등을 봄 싹트기 전에 시비하는 것

이 효과적이다. 본 식물은 싹트는 것이 대단히 늦어, 늦은 봄에 싹이 튼다. 수확은 가을에 열매가 붉어지면 채취하여 묻고, 햇볕에 잘 말려 조제한다. 건조시키는 방법은 여러가지가 있는데, 명석 위에서 또는 지붕위에서 건조하기도하고 혹은 나무가 흔한 곳에서는 방에 퍼 놓고 불을 많이 때어 건조시키거나 시루에 살짝 찌서 건조하기도 한다.

대추는 우리나라에서 고대부터 밤, 감과 같이 삼색과실로서 관혼상제시 없어서는 아니되는 예제물로 알고 있고 또는 음식만드는 데에 고급으로 쓰인다. 대추의 성분은 과육(果肉)에 주로 당분을 함유하며 그 밖에 점액질, malic acid, tartaric acid, 등이 있고, 씨에는 지방 32%, sitosterol, betulin, betulinic acid, ebelinlactone 등이며 그밖에 당류(glucose sucrose)의 성분을 함유하고 있다. 일반 성분은 수분 19% 단백질 3.7% 지방 1.1% 당질 73% 섬유 3% 회분 1.9% 칼슘 79mg% 인 100mg% 철분 1.8mg% 이 함유하고 있다. 대추는 날 것을 먹기도 하지만 건조했다가 먹기도 하는데 덜 익은 뫓대추를 많이 먹으면 설사를 하고 열이 난다. 한약에서는 대추를 완하강장제로 쓴다. 잘 익은 대추를 찌서 말렸다가 달여 먹으면 열을 내리게 하고 변을 묽게 하여 변비를 없애며 기침도 멎게 하는 것으로 전해지고 있다. 기침이 심할 때 씨 뺀 대추 20개를 미지근한 우유에 담갔다가 하나씩 씹으면 잘 듣는다고 한다.

산후에 허리가 아플 때는 진하게 달여 먹고 임신으로 몸이 허약해졌을 때에는

창호지에 싸서 불에 구워 여러 번 계속 먹으면 기운을 차리게 된다고 한다. 이와같이 대추는 요긴한 식품이면서도 중요한 한방생약의 하나이다. 강장강정의 효과가 있고 쇠약한 내장을 회복시키며 이뇨 효과도 있다고 한다.

대추를 달여 먹으면 부부 화합이 잘 되는 묘약(妙藥)이라고 주장하는 사람도 있다. 달인 대추즙을 마시면 목을 잘 적셔주고 천식, 빈혈, 입술트는 것이 없어진다. 빈혈증으로 불면증인 사람은 대추 10개에 사과 뿌리 몇 쪽을 넣고 두 컵의 물이 절반이 되기까지 약한 불로 달궈 취침 2시간전에 마시면 잠을 잘 이룰 수 있다.

민간적으로 위카타르, 위경련증에는 매실 1개 대추 2개를 껍질을 벗기고 행인 7개를 보드랍게 찢어 남성은 온수로 여성은 약간의 식초를 넣어 복용하면 좋다고 했고 후추를 먹고 답답할 때 큰 대추를 먹으면 좋다고 했다.

치질통증에는 큰 대추 껍질을 벗겨 약간의 수은을 발라 항문 내에 삽입하면 곧 멎는다.

부인들이 마음이 약해 잠이 안올 때 큰 대추 10개, 소맥 한 그릇 감초 7.5g을 물에 함께 끓여 자주 마시고, 또 큰 대추 10개를 태워 가루로 만들어 술에 풀어 먹으면 된다고 했다. 위허약무력증 식욕부진 소화불량에는 대추를 은근한 불

에 구워 말린다. 만성대장하혈에는 대추 10개, 황기 4g을 달여 차 마시듯 마시면 된다.

대추차로 마시면 위장을 보호하고 양기를 돕는다. 대추술은 비위를 튼튼하게 하고 신장과 양기를 돕는다. 만드는 방법은 씨를 뺀 대추 3kg을 썰어 배갈 또는 소주 9kg과 함께 항아리에 담아 봉해 둔다. 1개월 이상 지난 후 마실 수 있는데 그 맛은 매우 향기로우며 실로 보양품(補養品)이다.

한방에서는 대추를 위장기능조정 진경 약성을 완하하며 약미를 교정한다. 그 외에 진정, 이뇨작용도 있다.

부인에 갱년기 장애 히스테리에 감맥 대조탕가미를 쓰는데, 이 처방은 감초 9g 부소맥 30g 대추 8g 맥문동 9g 생지황 15g 석곡 12g이다.

또 진경제로 쓸 때는 대추탕이라하여 대추 10g 숙부자 9g 황기 15g 생강 9g 감초 6g 마황 6g이다. 산조인은 불면증에 사용하는 가감산조인탕, 산조인 24g 복신 12g 주사 0.5g 당삼 9g 백작약 12g 지모 9g 천궁 3g 백합화 9g 아교등 15g 감초 3g을 다려 마신다.

허약자에 땀이 많이 나는 사람은 조인 지갈탕(棗仁止汗湯)이라하여 산조인 15g 오미자 6g 당삼 9g 백작약 12g을 다려 마시면 좋다고 했다. 끝

(필자=동덕여대 보건소장·교수)

기생충계몽 포어

무서운 기생충증 검사 받고 치료하자.

■ 한국기생충학발명협회