

알고나 먹읍시다 / 보약

김 사 연 · 만수당약국, 한국문인협회 회원

심 전대보탕은 보혈약인 사물탕과 보기약인 사근자탕을 합한 팔물탕에 땀을 멈추게 하는 황기와 몸을 덥혀주는 육계(계피)를 추가해 10가지의 약재로 구성된 처방이다. 사물탕은 혈액에 관련된 모든 병의 기본 처방이다.

사물탕을 영험한 처방이라 함은 소나무처럼 사시사철의 계절과 오해를 갖추었기 때문이다.

1) 당귀 : 목(木)에 속하며 봄의 기운인 주행(走)의 성질을 갖고 있어 피를 만들고 소통시키는 작용을 한다.

2) 천궁 : 화(火)에 속하며 여름의 기운인 발산(散)하는 성질을 갖고 있어 순환작용을 한다.

불은 에너지를 뜻하며 불길은 위로 올라갈수록 퍼지는 역삼각형 모양이다. 남자가 양(陽)이기 때문에 가슴이 넓은 역삼각형 체형이고 음(陰)에 속하는 여자는 엉덩이가 커서 정삼각형 체질의 모양이다.

3) 높이 나는 새와 곤충들 : 시력이 좋기 때문에 높은 곳에서도 먹이를 발견할



수 있다. 해서 눈이 나쁜환자들에게 새고기가 좋다.

4) 한 번 물면 놓지 않는 계 · 거북이 · 자라 · 가라지 : 금(金)의 기운이 강한 동물이다. 자라탕은 느린 동물이기에 음이 허해 마르고 성격이 급하고 활발한 사람에게 적합한 음식이다.

5) 작약 : 금(金)에 속하며 가을의 수렴(斂), 즉 신맛을 거두어 들이는 성질이 있다.

내가 어릴 적 만수동 생가 뒤뜰엔 감나무와 매화나무 사이에 작약나무가 있었다.

작약 나무의 꽃은 함박꽃이라고 불렸다. 늦은 봄에 만개한 봉우리는 마치 함지박만한 얼굴에 온 세상의 기쁨을 가득 담은 모습이다.

작약은 함박꽃나무의 뿌리를 말린 한약재로, 스트레스로 인한 복통과 생리통, 근육 경련을 치료하는 차가운

성질의 약이다.

할머니가 만들어 주신 부치감지에 붉은 색을 들이던 치자와 함께 처방하면 갱년기 스트레스와 고부 갈등까지도 치료될 수 있는 약이다.

하지만 산후 몸조리 보약엔 피해야 한다. 보약이란 몸을 덥히는 작용이 있어야 하는데 작약은 차가운 약이며, 산모는 자궁이 수축되어야 하는데 작약은 오히려 근육을 이완시키기 때문이다.

아기에게 모유를 빨리는 것이 좋은 이유 중의 하나도 출산 과정에서 늘어난 자궁을 수축시키기 때문이다.

6) 속지황 : 수(水)에 속하며 거두어들이는 곡식을 저장하고 지키는[守] 겨울에 속한다.

강물에 사는 물고기의 배설물인 아질산염은 강가에서 자라는 풀들의 비료가 된다. 풀잎은 탄소 동화작용에 의해 공기와 강물을 정화시키는 순환작용을 반복한다.

7) 녹용 : 기와 혈이 모두 허해 몸이 차고 빈혈인 환자에게 좋다. 뼈를 튼튼하게 하고 성장발육을 촉진시키므로 걸음걸이가 늦은 소아에

게 필요한 약이다.

성 호르몬을 만들므로 정력제로 애용되며, 여자들의 자궁 출혈을 치료하고 자궁을 수축시켜 몸이 찬 여성의 불감증에 사용한다.

심부전증에 강심제로 사용하며 신경쇠약과 병후 회복제로 쓰인다. 그러나 혈압이 높고 열이 많은 환자, 코피를 자주 흘리고 머리가 무거운 감을 느끼는 환자는 피해야 한다.

8) 두충 : 근육과 뼈를 튼튼하게 하고 혈압을 낮춘다. 여자들의 손발이 차고 허리아픈데, 타박통, 출혈 및 유산 방지에 쓰여진다.

이때 껍질의 털을 태워 제거해야 하고 열 체질의 고혈압환자는 복용하면 안된다.

9) 구척(狗脊) : 개의 척추로 허리를 튼튼하게 하며 몸이 냉하고 물 찬 관절염에 사

용된다.

10) 음양곽 : 불임증, 하지통증과 운동마비, 근육 관절경련, 얼굴은 창백하면서 고혈압인 환자에 사용한다. 하지만 뽕나무 해독 성기능 흥분 작용이 강하고 불임증에 이용된다.

11) 자하거 : 아기의 태반을 말린 것으로 폐병과 심장병을 치료하고 정력제로 사용된다.

12) 쑥 : 내 어린 시절의 여름밤, 우리 마당엔 항상 멍석이 펼쳐졌고 마실꾼들이 모여 이 동네 저 동네 소식을 들려주곤 했다.

나는 할머니의 무릎을 베개삼아 흥흥히 늘어선 미리내를 바라보곤 했다. 이따금 누군가의 종말을 예고하는 별뿔이 포물선을 그리며 사라지곤 했다.

할머니의 부채질은 시골

모기를 쫓기에 역부족이었다. 대나무살이 부러져 찢어진 부채도 부채려니와 장마 뒤끝의 모기떼 극성은 방심할 틈을 주지 않았다.

할머니는 며칠 전 낮으로 베어 말린 후 다발로 묶어 걸어둔 쑥을 모닥불 위에 한 다발을 올려 놓으셨다. 순간, 매콤한 쑥내음을 풍기는 연기가 솟아오르며 모기떼는 줄행랑을 쳤다.

한방에서는 말린 쑥을 애엽(艾葉)이라 하며, 자궁을 덥히고 안태(安胎)작용을 한다.

단군신화에도 쑥이 등장한다. 호랑이와 곰이 굴속에 가지고 들어간 약은 쑥과 마늘이었다.

습기찬 굴 속 생활에서 걸리기 쉬운 신경통을 치료하기 위해 쑥으로 뜸을 뜨고 마늘을 먹어 냉습해진 몸을 덥히기 위해서였다. [2]

AIDS 코너



에이즈란 어떤 병인가요?

에이즈 바이러스에 감염되면 체내 면역기능이 떨어져 건강 강한 사람은 거의 걸리지 않는 각종 감염이나 암이 발생하여 죽게 된다.



에이즈는 후천성면역결핍증(AIDS)으로서 면역결핍바이러스(HIV)에 의해 일어나는 전염병입니다.

**아직은 치료약이 없습니다.
예방만이 최선의 길입니다.**