

「동의보감」에 수록된 과실류의 고찰

신민자 · 전정일* · 최영진**

경희대학교 조리과학과, 유한대학 식품영양과*, 관동대학교 가정교육과**

Listerature Review on the Fruits in 「Dongueubogam」

Min-Ja Shin, Jung-Il Jun* and Young-Jin Choi**

Dept. of Culinary Science and Arts, Kyunghee university, Dept. of Food and Nutrition, Yuhan College*,
Dept. of Home Economics Education, Kwandong University**

Abstract

This paper was studied on the fruits in Dongueubogam. Dongueubogam is a representative ancient book of medicine, published in 1600. It mentioned to be thirty six kinds of fruits, with respect to taste, way of use, efficacy, facts of taboo were mentioned. Most of fruits have cold, warm character and sweet, sour taste and even nature which are based on Em yang oh hang theory. And they had been used for protection or cure of serveral kinds of diseases, and keeping health. The method of utilization of fruits presented in Dongueubogam as medicine were food processing type, such as jook(porridge), tang(soup), jeup(juice), boonmal(powder), kunjo(drying), kooi(baking), hoonyun(smoking).

Key words: Dongueubogam, fruits, character, taste, method of utilization.

I. 서 론

食物 중 木本性 植物의 과실은 농경문화가 시작하기 수 만년 전부터 인류에게 소중한 식량자원의 하나¹⁾ 오늘날 과실의 종류는 식용작물의 절반 이상을 차지하여 세계적으로 약 3,000종이 된다²⁾. 우리나라에서는 일반적으로 재배하고 있는 과실류가 약 18종이라³⁾ 하지만 실제 재배되고 있는 것은 그 보다 더 많아 예나 지금이나 식품재료로써 과실이 차지하는 비중은 크다고 하겠다.

우리 나라의 기후는 사계절이 뚜렷하며 온대 몬순 기후로 여름에는 고온 다우하여 식물의 생육기일이

긴 편이며 산이 많아 地形의 높낮이 및 토질이 다양하여 국토면적에 비하여 월등히 다양한 식물들의 생육이 가능하다 하겠다⁴⁾. 이런 조건들은 재배 과실류 뿐만 아니라 옛부터 식용이나 약용의 천연 과실류의 종류를 비교적 다양하게 하였고, 비록 다양으로 생산함에는 제한을 받았으나, 그 품질이나 약효를 좋게 하는 天惠의 조건이 된 것으로 보인다.

「신농본초경」에 의하면 많은 食物로서 약용할 수 있다고 하였는데 그 중에는 곡식과 과일, 채소, 생선, 날짐승, 길짐승 등이 포함되어 있다⁵⁾고 하였으며 「동의보감」과 「방약합편」에는 모든 과일은 藥性이 있으므로 병을 치료하는 목적으로 이용하였다고 하였다¹⁾. 옛부터 과일은 생과 또는 건과로 이용하였고,

이를 음식 만들 때도 많이 활용하였다.

이에 본 논문에서는 「동의보감」⁶⁾ 탕액편에 수록된 과실류에 대하여 고찰하였다. 선조께서 허준(1546~1615)에게 책을 만들도록 하고할 때 한 대목을 인용하면 “대저 사람의 병이 다 조섭을 잘못하여 생기는 것이나 수양이 먼저이고 그 다음이 약이다. 우리나라에서는 향약이 많이 나뉘어 사람들이 알지 못하고 있으니 옳게 분류하고 약 이름에 우리 나라 이름을 같이 써서 백성들로 하여금 알기 쉽게 할지이다”라고 하였다 한다.⁷⁾

「동의보감」 탕액편은 조선조 중기 이후에 명 의학과 향약방을 융합한 본초학으로⁶⁾ 우리 나라에 많이 나는 향약을 모두 찾아 옳게 분류하였다고 보며, 그중 果實部를 중심으로 고찰하여 그 당시 어떤 과실류를 食用이나 藥用하였는지 또한 건강이나 질병치료를 위하여 어떻게 이용하였는지 살펴보았다.

II. 본 론

1. 동의보감에 수록된 과실류의 종류와 특징

「동의보감」 탕액편에는 표 1과 같이 인과류 11종, 핵과류 7종, 장과류 5종, 견과류 5종, 열대과실 2종, 기타 6종 등 36종의 과실류가 기록되어 있었으며, 과실의 종류에 따라 이용 부위 및 이용방법이 다양하여 과실류를 91종으로 구분하여 이용하고 있었다. 91종류의 모든 과실류에 대하여 그 성질(性, 氣)과 맛(味) 등의 일반적인 특징을 비롯하여 약재로서의 질병 치료효과와 그 성상, 복용방법, 부작용 등이 기록되어 있었다.

표 1. 동의보감에 기록된 과실류의 종류

과실류의 분류	종 류
인 과 류	배, 모과, 비파, 능금, 감, 귤, 청귤, 유자, 내자, 유감자, 등자 (11)
핵 과 류	복숭아, 오얏, 살구, 앵도, 대추, 매실, 능인 (7)
장 과 류	포도, 석류, 복분자, 무화과, 미후도 (5)
견 과 류	밤, 호도, 은행, 잣, 진자 (5)
열대과실	여지, 야자 (2)
기 타	연실, 용안, 감인, 유당, 비자, 산사자 (6)

*()안의 숫자는 과실 종류의 가짓수 임.

과실의 종류는 연실(連實, 연밥), 귤(橘), 청귤(靑橘), 유자(柚子), 유감자(乳柑子, 감자), 대추(大棗, 대조), 포도(葡萄), 밤(栗子, 울자), 복분자(覆盆子, 나무딸기), 감인(甘仁, 가시연밥), 능인(菱仁, 마름), 앵도(櫻桃), 등자(橙子), 매실(梅實), 모과(木瓜), 홍시(紅柿), 비파(枇杷), 여지(荔枝), 용안(龍眼), 유당(乳糖), 복숭아(桃,도) 살구(杏,행), 석류(石榴, 대조), 배(梨, 이), 임금(林檎, 능금), 오얏(李), 호도(胡桃, 추자), 미후도(彌猴桃, 다래), 잣(海松子, 해송자), 내자(梨子, 작은 능금), 진자(榛子, 개암), 은행(銀杏), 비자(榲子), 산사자(山査子, 당구자), 야자(椰子), 무화과(無花果) 등이 있었다.

그 중에서 유감자, 등자, 여지, 진자 등은 오늘날 이용하지 않는 과실류이고 연실, 감인, 능인, 등자피, 용안, 비자, 산사자 등은 한약재료로 이용되고 있으며, 감자즙(甘蔗汁)을 썰서 만든 사탕(砂糖)속에 우유를 넣어서 만든 유당은 그 당시에는 과실류로 취급하였으나, 오늘날에는 이용되고 있지 않다. 또한 여지, 야자, 무화과 등은 우리 나라에서 이용된 사실이 「동의보감」을 통해서 비로소 처음으로 기록으로 남게 된 것을 알 수 있었으며, 야자와 무화과는 약성(藥性)에 있어 냉·온의 구별을 적고 있지 않아 그 때까지 약재료로서 이용되지 않았거나 그 약효가 알려지지 않았던 것 같았다. 여기에 기록된 과실류의 종류는 과실류와 약재료들을 별다른 구분 없이 같이 기록하고 있었다.

과실류는 더욱이 열매(實)뿐만 아니라 그 껍질(實皮), 뿌리(根), 꽃(花), 줄기(莖), 씨(核) 등을 모두 이용함으로써 인체의 보건이나 영양에 있어 더욱 다양하고 조화로운 구실을 창출해 내고 있을 뿐만 아니라 다른 식품재료에 비하여 비교적 그 식용부위가 다양하다는 점도 주목하게 되었다.

또한 과실류의 이용방법도 생식(生食),즙(汁), 죽(粥), 분말(粉末), 건조(乾燥), 초(炒), 구이(炙), 환(丸), 훈연(燻煙), 탕(湯) 등 다양한 방법으로 이용하고 있었다.

2. 과실류의 이용부위와 이용방법

동의보감에 수록된 과실류의 이용부위는 우즙(藕汁), 연잎(荷葉, 하엽), 연잎의 꼭지(荷莖), 연꽃(蓮

花), 연밭속삭(蓮薺, 연역), 귤피(橘皮), 귤양(橘囊)의 근막(筋膜), 귤씨(核), 진피(陳皮), 청귤잎(葉), 풋대추(生棗), 대추 핵중(核中)의 인(仁), 대추잎, 포도뿌리(根), 산포도(山葡萄, 영옥, 머루), 밤껍질(皮), 밤의 속껍질(毛殼), 봉유(蓬莖, 멧덕딸기), 앵도잎, 앵도동행근(東行根), 등자피(橙子皮), 오매(烏梅), 백매(白梅, 엽매), 매화잎, 모과나무 가지잎(枝葉), 모과뿌리(根), 명사(檳榔), 오시(烏柿, 火柿, 불에 말린 감), 백시(白柿, 꽃감), 소시(小柿, 고음), 비시(浬柿, 붉은 감), 비파(枇杷葉), 여지핵(荔枝核), 용안핵(龍眼核), 사탕(砂糖), 복숭아씨(核仁), 복숭아꽃(花), 복숭아털(毛), 복숭아나무 줄기 흰껍질(莖白皮), 복숭아잎, 살구씨(核仁), 석류껍질(殼), 석류꽃(花), 석류동행근피(東行根皮), 배나무잎, 배나무껍질(樹皮), 임금(능금)나무동행근(東行根), 오얏씨(核仁), 오얏나무뿌리흰껍질(根白皮), 오얏잎, 호도의청피(外靑皮), 호도나무껍질(樹皮) 등으로 표 2와 같이 實, 實皮, 葉, 花, 根, 根皮, 核, 核仁, 子, 莖皮, 樹皮 등의 부위를 이용하였다.

과실류의 이용부위는 食用의 경우와 같이 果肉을 이용하는 경우가 36종으로 월등히 많았으나 연밭, 유

감자, 감인, 등자, 여지, 용안, 비자, 산사자 등의 8종은 오늘날 과실류로서 취급되지 않고 있으며 잎(葉)을 이용하는 경우가 그 다음으로 연, 청귤, 대추, 앵도, 매실, 모과, 비파, 복숭아, 배 등 10종이었다. 과실의 껍질(果皮)을 이용하는 경우는 귤, 청귤, 등자, 유자, 밤, 석류, 호도(外靑皮) 등의 7종이었고 뿌리(根)를 이용하는 경우도 연, 포도, 앵도, 모과, 능금, 석류 등의 7종이었는데 앵도, 모과, 석류는 그 東行根을 이용하는 것이 특이하였으며 뿌리의 껍질(根皮)을 이용하는 경우는 석류, 오얏 등의 2종이었다. 핵, 核仁, 子를 이용하는 경우는 귤, 여지, 용안(核), 대추, 살구, 감인(核仁), 복숭아, 배, 오얏(子) 등의 9종이었다. 꽃(花)을 이용하는 경우는 연, 복숭아, 석류 등의 3종과 줄기의 껍질(莖皮)을 이용하는 경우는 복숭아, 호도 등의 2종, 나무껍질(樹皮)을 이용하는 경우는 배(梨)의 1종이었다.

또한 과실류의 이용방법은 표 3과 같이 生食, 湯, 乾燥, 汁, 炙, 粉末, 燻煙, 炒, 丸, 重湯, 湯酒, 炒醋, 粥, 蒸 등이었다. 이중 이용부위까지 모두 합한 재료의 이용방법으로는 탕으로 하는 경우가 36종, 생식하는 경우 26종으로 탕, 또는 생식하는 경우가 가장 많

표 2. 동의보감에 수록된 과실류의 이용부위와 그 종류

과실류의 이용부위	과실류의 종류
實	연밭, 귤, 유자, <u>유감자</u> , 대추, 포도, 밤, 복분자, <u>감인</u> , <u>능금</u> , 앵도, <u>등자피</u> , 매실, 모과, 홍시, 비파, <u>여지</u> , <u>용안</u> , 복숭아, 살구, 석류, 배, 능금, 오얏, 호도, 미후도, 잣, <u>내자</u> , 진자, 은행, <u>비자</u> , <u>산사자</u> , 야자, 무화과 (36)
葉	연, <u>청귤</u> , 대추, 앵도, 매실, 모과, 비파, 복숭아, 배, 오얏 (10)
花	연, 복숭아, 석류 (3)
根	연, 포도, 앵도, 모과, 능금, 석류 (6)
根皮	석류, 오얏(2)
實皮	귤, <u>청귤</u> , 유자, 등자, 밤, 호도(외청피), 석류 (7)
核	귤, <u>여지</u> , <u>용안</u> (3)
核仁	대추, 살구, <u>감인</u> (3)
莖皮	복숭아, 호도 (2)
子	복숭아, 오얏 (2)
樹皮	배 (1)

*밑줄 친 부분은 오늘날 과실로 취급하지 않는 것

*()안의 숫자는 과실 종류의 가짓수 있음

표 3. 동의보감에 수록된 과실류의 이용부위와 이용방법

처리방법 이용부위	生 食	湯	乾燥	汁	炙	粉末	煙歷	炒	丸	重湯	湯酒	炒醋	櫛	蒸	摘 要
實	배, 유자, 능근, 비파, 복숭아, 유감자, 살구, 귤, 감, 포도, 목분자, 산포도, 밤, 호도, 잣, 개암, 영도, 등자과, 여지, 용안, 유당, 복숭아, 석류, 미후도, 내자, 건자, 무화과	배, 모과, 능근, 감, 포도, 산사자, 복숭아, 대추, 유자, 능인	산사자, 대추, 건자, 백시, 밤, 목분자, 감인, 모과, 오미	배, 미후도, 야지, 모과	배, 밤, 은행	오미, 감인, 연실, 능인, 복분자	오미, 오시	백매, 비파	모과, 오미, 감인	연실, 복숭아			간시, 잣, 연실	연실, 사자, 복분자	· 배는 후추를 박고 麴으로 싸서 익힌다. · 감인은 가루로 하여 금양자점에 붙여서 환을 만든다. · 복분자는 술에 쪄낸다. · 능인은 삶아서 알맹이를 가루로 만든다. · 오미는 꿀속에 넣고 사용한다.
實皮		곶과, 창골과, 밤의 毛殼	창골과, 진피	호도外皮殼		곶과, 창골과		석류과, 곶과			금양근막	곶과과			· 곶과는 백출, 감초와 달인다. · 밤의 속껍질은 곶과 개이 버린다. · 창골과는 조로 붙여서 탕으로 한 다.
葉		백매, 모과 葉, 미파葉, 영도葉, 모과葉	비파葉	복숭아葉, 대추葉, 모과葉, 영도葉, 백매葉	비파葉			비파葉							· 모과葉을 끓인 물에 발과 장강이물 씻으면 넘어지지 않는다. · 말린 미파잎은 구워서 탕을 없애고 사용한다.
花			복숭아꽃												
根		능근, 복숭아, 치두, 포도, 석류, 모과, 오얏		영도, 포도, 연근	차두										· 영도 東行根 사용 · 능근 東行根 사용 · 석류 東行根 사용
根皮		오얏		오얏	오얏										
核					여지핵, 용안핵	여지핵		곶핵	살구핵	복숭아핵					· 살구핵은 곶과 함께 편을 짓는다. · 복숭아핵은 보리죽과 증당 또는 죽을 끓인다.
核仁			복숭아핵인		여지핵인, 대추핵인, 비파핵인, 복숭아씨	오얏씨		살구 핵인			복숭아 핵인		간인핵인, 복숭아핵인		
子				호도							복숭아				
莖皮		복숭아													
樹皮		배													
총계	26종	26종	14종	16종	9종	9종	5종	7종	4종	3종	3종	1종	5종	3종	

있고, 그 다음으로 즙으로 이용하는 경우 16종, 그리고 건조하는 경우는 14종, 가루로 이용하는 경우 9종, 굵거나 볶는 경우 각각 10종 및 7종, 혼연하거나 죽을 쑤는 경우 각각 4종, 환으로 만드는 경우 4종, 증탕, 술에 탕하는 것, 찌는 것 각각 3종, 초로 볶거나 찌서 말리는 것 각각 1종이었다. 이외에 생강, 후추, 쌀가루, 백출, 감초, 보리, 꿀 등도 함께 이용하는 경우도 있었다.

과실류의 이용부위에 따른 이용방법은 實皮, 葉, 根, 根皮, 莖皮, 樹皮 등은 주로 탕으로 하여 이용하였으나 밤의 속껍질(毛殼)은 꿀에 섞어서 노인의 주름살에 발랐으며 잎은 주로 즙을 내어 이용되었으며 이외에 탕이나 볶아서 이용하고 있었다. 배藥, 배樹皮, 모과枝葉은 달여서 즙으로 이용하였고 앵도葉이나 東行根의 즙, 우즙(연근즙) 등은 그대로 식용하였으나 대추藥, 호도外靑皮는 즙을 내어 식용한 것이 아니라 열창에 바르거나, 모발이나 수염의 염색을 위하여 이용하였다. 비파藥은 꼭 말려서 구운 후 잎의 노란 털을 형겅으로 닦아 없앤 후 이용하였고 석류 껍질은 약간 볶아서, 포도根은 즙을 내서 탕으로, 오얏根白皮는 노랑게 구워서 달여 먹었고, 오얏藥은 湯한 물에 목욕을 했다고 하였다.

과육은 건조시켜 쓰는 경우가 많은 편이었으며 분말로 하거나 굵거나 죽으로 또는 증탕하여 이용하기도 하였고 또한 볶거나 술에 湯하여 이용하기도 하였다. 혼연한 매실인 오매는 가루로 하거나 그대로 사용하였으며 연실은 가루로 하거나 증탕하거나 찌거나 죽으로 이용하였고 복분자는 꼭 말려서 꼭지를 버리고 분말로 하거나 술에 찌서 이용하였다. 과육은 약용하는 경우 주로 생식하였으나 湯으로 이용하는 경우가 많았다. 연실은 찌서 이용하였고 귤양(橘囊)의 근막(筋膜)은 술에 달여 탕으로 하였고 산사자는 찌서 씨를 버리고 말려서 이용하였다. 감인은 말려서 가루로 하여 금앵자즙(金櫻子汁)에 볶아서 환으로 만들었고 능인은 삶아서 알맹이를 가루로 하였다.

과일의 씨는 건조하거나 즙을 내는 경우가 있었으며 그것을 혼연하거나 탕으로 만드는 경우도 있었다. 대추핵인은 구워서, 여지 핵은 태워서 가루로 만들어서 더운 술에 내렸고 용안핵은 불에 사루어 그 연기를 쏘였으며 살구씨는 속 알맹이를 밀기울에 노랑게

볶아서 이용하였다.

이외에 과실류의 이용부위로서 꽃을 이용하는 경우 복숭아꽃은 그늘에 말려서 가루를 섞어 떡을 만들어서 공복에 먹는다고 하였다.

이와 같이 과실류의 이용부위도 다양하였으며 이용방법도 여러 가지로 과실나무의 모든 부위를 비교적 고르게 이용함으로써 인체의 조건이나 영양에 있어 더욱 다양하고 조화로운 구실을 하였다는 것을 확인할 수 있었다.

3. 동의보감에 수록된 과실류의 성질(性, 氣)과 맛(味)에 따른 분류

옛부터 본초에서는 하나의 식물(食物)을 논할 때 맨 먼저 그 성질과 맛을 첫머리에 기록하였는데, 이것은 개개의 식물이 공통적인 성질을 가지고 있으며, 또한 그 자체만의 독특한 성질이 있다는 것을 설명해 주는 것이다. 그러므로 식품의 성(性, 氣)과 맛(味)은 음식이나 약물에 적용되어 질병치료에 응용할 수 있게 된 것⁸⁾이라고 한다.

표 4와 5는 「동의보감」에 수록된 과실류를 성(性, 氣)과 맛(味)에 따라 분류한 것으로⁹⁾ 이는 본초학에서 식품 하나하나에 성질과 맛을 표기하여 올바른 영양관리와 보전관리의 지침으로 삼고 있는 것에 준한 것이다¹⁰⁾. 식품의 성질을 한, 열, 온, 량, 평(寒, 熱, 溫, 涼, 平)으로 나누어 다섯가지의 성질이라 하고 식품의 맛(味)을 신맛, 쓴맛, 단맛, 매운맛, 짠맛(酸, 苦, 甘, 辛, 鹹)으로 나누어 다섯가지 맛이라 하였다¹¹⁾. 식물(食物)의 다섯가지 성질과 다섯가지 맛이 인체에 미치는 작용방향과 작용하는 경락 등은 질병에 대한 예방 및 치료 작용과 밀접한 관계를 가지고 있다. 다섯가지 성질이란 다섯 종의 각기 다른 식물의 성질인데 한, 량과 온, 열은 서로 거의 비슷한 것이지만 정도상의 차이가 있다⁵⁾고 한다.

1) 과실류의 성질(性, 氣)에 따른 분류

식품의 다섯가지 성질 중 찬성질(寒) 혹은 서늘한 성질(涼)에 속하는 식품은 열증(熱證)을 없애거나 줄일 수 있는데 이는 갈증이 나며 인후가 아픈 열증에 열을 내려주는 작용을 하며, 반대로 더운 성질(熱)이나 따뜻한 성질(溫)에 속하는 식품들은 한증

표 4. 과실류의 성(性)에 따른 분류

식품의 성	작 용	본 초 ¹²⁾	동 의 보 감
한(寒)	陽症(熱性)경향을 다스린다.	귤, 감, 배, 수박, 오디, 은행, 참기름, 참외 (8)	연실, 귤, 유감자, 홍시, 꽃감, 비시(檉柿), 비파, 유당, 사탕, 배, 오얏(根白皮), 미후도, 내자(작은능금), 은행 (14)
열(熱)	陰症(寒性)경향을 다스린다.	복숭아, 살구, 앵두, 호도 (4)	석류, 임금, 호도 (3)
온(溫)	陰症경향을 다스린다.	귤, 대추, 깨, 모과, 밤, 임금, 산딸기, 석류, 앵두, 오디, 은행, 잣, 호도 (13)	우즙(연근), 연꽃, 굴피, 청굴피, 밤, 앵두, 등자피, 백매(白梅), 모과, 명사, 오시(烏柿), 복숭아, 살구, 살구핵인, 잣 (15)
량(涼)	陽症경향을 다스린다.	- (0)	- (0)
평(平)	陰陽 어느 편에도 응용이 되는 중성의 것	감, 개암, 참깨, 꽃감, 대추, 산딸기, 은행, 오얏, 포도, 호두 (10)	하비(荷蓐, 연잎의 꼭지), 대추, 포도, 복분자(나무딸기), 감인, 매실, 비파엽(葉), 여지, 용안, 복숭아핵인, 복숭아꽃, 오얏核仁, 호도, 개암, 비자 (15)

* () 안의 숫자는 과실류의 가짓수 임

표 5. 동의보감에 수록된 과실류의 맛(味)에 따른 분류

맛	작 용	본 초 ¹²⁾	동 의 보 감
신맛(酸)	수렴(收斂) 작용	귤, 모과, 밤, 배, 복숭아, 임금, 복분자, 살구, 석류, 오디 (10)	귤, 포도, 복분자, 매실, 백매, 모과, 명사, 복숭아, 살구, 석류, 복분자, 석류껍질, 배, 임금, 미후도 (15)
쓴맛(苦)	乾燥, 結集 작용	귤, 은행, 오얏 (3)	하비(연잎꼭지), 연억, [굴피], 청굴피, [등자피], 비파엽, 복숭아씨, 복숭아꽃, <살구씨>, 오얏씨, 오얏근백피, 내자 (12)
단맛(甘)	補力, 緩和 작용	감, 개암, 깨, 꽃감, 귤, 대추, 배, 복숭아, 임금, 복분자, 석류, 수박, 앵두, 오디, 은행, 오얏, 잣, 참기름, 참외, 포도, 호도 (21)	연실, 우즙, 귤, 유자, 유감자, 대추, <꽃대추>, 포도, 복분자, 감인, 앵두, 홍시, 비시, 비파, 여지, 용안, 유당, 사탕, 복숭아씨, <살구씨>, 석류, 배, 임금, 오얏, 호도, 미후도, 잣, 개암, 은행, 비자, 무화과 (31)
매운맛(辛)	發散, 滲潤, 擴散 작용	귤, 땅콩, 깨, 호도, 은행 (5)	[굴피], 진피, <꽃대추>, [등자피] (4)
짠맛(鹹)	瀉下, 解凝 작용	밤 (1)	밤 (1)

* () 안의 숫자는 과실류의 가짓수 임

* —— 밑줄과 신맛을 함께 가진 과실류

* < > 안의 부분은 단맛과 매운 맛을 함께 가진 과실류

* < > 안의 부분은 단맛과 쓴맛을 함께 가진 과실류

* () 안의 부분은 쓴맛과 매운 맛을 함께 가진 과실류

(寒證)을 없애거나 줄일 수 있는데 이는 배속이 차고 아픈 한증의 배속을 따뜻하게 해서 찬 기운을 제거해 주는 작용을 한다. 덥거나 따뜻한 식품들은 일반적으로 속을 따뜻하게 해서 찬 기운을 제거해 주고, 땀을 나게 해 주며, 몸의 양기를 북돋아 주고, 혈

액순환을 도와 주며, 어혈(瘀血)을 풀어주는 등의 작용이 있다. 반면에 차거나 서늘한 식품들은 일반적으로 열을 내려주고, 혈액을 식혀 주며, 독을 풀어주고, 정신을 안정시켜 주는 등의 작용이 있다⁸⁾고 한다.

「동의보감」에 수록된 과실류 및 그 이용부위의

성질을 표 4와 같이 분류하였는데 연실, 굴, 유감자, 홍시, 꽃감, 비시(檉柿), 비파, 유당, 사탕, 배, 오얏根白皮, 미후도, 내자, 은행 등의 찬성질(寒性) 14종, 그 중 오늘날 과일로 취급하는 것은 굴, 홍시, 꽃감, 비시, 비파, 배, 은행 등의 7종과 석류, 임금, 호도 등의 더운 성질(熱性) 3종, 우즙(藕汁), 연꽃, 굴피, 청굴피, 밤, 앵도, 등자피, 백매(白梅), 모과, 명사, 오시(烏柿), 복숭아, 살구, 살구씨, 잣 등의 따뜻한 성질 15종 중 오늘날 과실로 취급하는 것은 밤, 앵도, 모과, 복숭아, 살구, 잣 등 6종이다.

또한 하비(荷鼻, 연잎의 꼭지), 대추, 포도, 복분자, 감인, 매실, 비파엽(葉), 여지, 용안, 복숭아씨, 복숭아꽃, 오얏씨, 호도, 개암, 비자 등 15종은 고른 성질(平性)을 가지고 있으나 대추, 포도, 매실, 호도 등의 4종만 과실로 취급하고 있으며 서늘한 성질(涼)에 속하는 과실류는 한 종류도 없었다. 이것으로 미루어 보아 「동의보감」에 수록된 과실류는 한, 온평(寒, 溫, 平)하다고 할 수 있어 陽症, 陰症경향을 다스리고, 음, 양 어느 편에도 응용이 되는 중성의 성질이 많다고 할 수 있다.

또한 이용하는 부위에 따라 성질이 다른데 복숭아는 溫에 속하는 과실류이나 복숭아씨, 복숭아꽃은 平에 속하며 오얏根白皮는 寒에 속하나 오얏씨는 平에 속한다.

굴肉은 寒에 속하나 굴皮는 溫에 속하며, 매실은 平에 속하나 白梅는 溫에 속하고 홍시, 꽃감, 비시(檉柿, 짙은 감)는 寒에 속하나 오시(烏柿, 火柿, 붉은 말린 감)는 溫에 속한다.

蓮만 보더라도 연실은 寒에, 우즙(藕汁, 연근즙)은 溫에, 하비(河鼻, 연잎의 꼭지)는 平에 속하며 비파는 寒에 비파엽(葉)은 平에 속한다.

「동의보감」에 수록된 과실류들이 지니는 성질을 본초¹²⁾와 비교하면 다른 점이 많았다. 본초에서는 감을 寒, 平하다고 하였으나 동의보감에서는 홍시, 꽃감, 비시 등으로 나누어 寒한 성질을 지니고 있다고 하였고, 복숭아, 살구, 앵도를 본초에서는 熱하다고 하였으나 동의보감에서는 溫한 성질을 가지고 있다고 하였다. 또한 본초에서는 굴은 寒, 溫, 은행은 寒, 溫, 平하다고 하였으나 동의보감에서는 굴, 은행은 寒, 굴피는 溫하다고 하였다. 대추는 본초에서는 溫,

平, 동의보감에서는 平, 임금, 석류는 본초에서는 溫, 동의보감에서는 熱한 성질을 지니고 있다고 하였다. 이렇듯 과실류가 지니는 성질이 다르게 나타난 원인에 대한 더 많은 연구가 있어야 할 것이다.

또한 「동의보감」에는 寒, 熱 등의 성질을 표기하지 않은 과실류가 있는데 연실, 유자, 풋대추, 석류껍질, 오얏, 산사자, 야자, 무화과 등이었다.

2) 과실류의 맛(味)에 따른 분류

다섯가지 맛 중 신맛, 쓴맛, 짠맛은 음(陰)의 속성에 속하고, 단맛, 매운 맛은 양(陽)의 속성에 속하는데 신맛(酸味)은 수렴(거두어 들이는)작용을 하고, 쓴맛(苦味)은 설사시키고 열을 내리며 말려 주고 물렁한 것을 견고하게 해주며, 짠맛(鹹味)은 설사시키고 연하게(무르게) 해주는 작용을 하고, 단맛(甘味)은 보해주고 조화시켜 주고, 매운맛(辛味)은 발산시키고 촉촉하게 적셔주는 작용을 한다. 이와 같이 서로 다른 맛을 가진 식물(食物)은 서로 다른 치료 작용을 나타낸다는 것이다⁸⁾.

「동의보감」에 수록된 과실류의 맛(味)을 표 5와 같이 분류하였는데 굴, 포도, 복분자, 매실, 백매(白梅), 모과, 명사, 복숭아, 살구, 석류, 석류껍질, 배, 임금, 미후도 등의 신맛(酸)을 가진 것 14종, 그 중 오늘날 과일로 취급하는 것은 굴, 포도, 매실, 모과, 복숭아, 살구, 석류, 배, 임금 등 9종과 荷鼻(연잎의 꼭지), 연익, 굴피, 청굴피, 등자피, 비파엽(葉), 복숭아씨, 복숭아꽃, 살구씨, 오얏씨, 오얏根白皮, 내자 등 쓴맛(苦)을 내는 것 12종이었으나 오늘날 과일로 취급하는 것은 하나도 없었다. 또한 연실, 우즙, 굴, 유자, 유감자, 대추, 풋대추, 포도, 복분자, 감인, 앵도, 홍시, 비시, 비파, 여지, 용안, 유당, 사탕, 복숭아씨, 살구씨, 석류, 배, 임금, 오얏, 호도, 미후도, 잣, 개암, 은행, 비자, 무화과 등의 단맛(甘)을 가진 것 31종으로 그 종류가 가장 많았으나 그 중 오늘날 과일로 취급하는 것은 굴, 유자, 대추, 풋대추, 포도, 앵도, 홍시, 비시, 석류, 배, 임금, 오얏 등 12종이었다. 굴피, 진피, 풋대추(生棗), 등자피 등 4종은 매운맛(辛)을 가지고 있다 하였으나 오늘날은 풋대추 1종만 과실로 취급하며 굴피와 진피는 향신료 또는 한약재료로 이용하며 과실 중 짠맛(鹹)을 가진 것은 밤 1종

이었다.

이것으로 미루어 보아 「동의보감」에 수록된 과실류는 신맛(酸)과 단맛(甘)을 가진 것이 대부분으로 수렴(收斂)작용과 몸을 보하고(補力) 완화(緩和)작용을 한다고 할 수 있겠다.

또한 이용하는 부위에 따라 맛(味)도 다른데 복숭아, 살구는 신맛에 속하는 과일류이나 복숭아씨, 복숭아꽃, 살구씨는 쓴맛이 있으며 동시에 복숭아씨, 살구씨는 단맛을 가지고 있다고 하였다. 오얏은 단맛, 오얏씨, 오얏根白皮는 쓴맛을, 굴은 신맛과 단맛을 가지고 있으나 굴피, 진피는 매운맛을 가지고 있다고 하였다.

「동의보감」에 수록된 과실류들이 가지는 맛(味)을 본초¹²⁾와 비교하면 본초에서는 모과를 신맛과 단맛을 가진다고 하였으나 동의보감에서는 신맛만 가진다고 하였으며 밤은 신맛, 단맛, 짠맛을 모두 가지고 있다고 하였으나 동의보감에서는 짠맛만, 배는 본초에서는 신맛만 가지고 있다고 하였으나 「동의보감」에서는 신맛, 단맛을 가지고 있다고 하였다.

또한 본초에서는 복숭아는 신맛과 매운맛이 있다고 하였으나 「동의보감」에서는 신맛만 있다고 하였고 굴은 본초에서는 신맛, 단맛, 매운맛이 모두 있다고 하였으나 「동의보감」에서는 신맛, 단맛을 가지나 매운 맛이 있는 것은 굴피라고 하였으며 은행은 본초에서는 단맛, 매운맛을 가지나 「동의보감」에서는 단맛만 가진다고 하여 다른 점이 많았다.

이와 같이 과실류의 성질에 있어서 서늘한 성질(涼)을 가진 것은 하나도 없었으며, 맛에 있어 분포가 거의 없는 쓴맛(苦味)과 매운 맛(辛味)을 가진 과실류는 오늘날 과실류로 취급되지 않는 것과 그 부위로서 약재료로 쓰이는 것들인 점은 주목할 필요가 있다.

4. 동의보감에 수록된 과실류의 성질(性, 氣)과 맛(味)에 따른 향약성

다섯 가지 성질과 다섯 가지 맛은 모두 식품이나 약물의 약리기전에 중요한 근거로, 한 食物이나 藥物 중에는 개개의 성질(性, 氣)이 있고, 또 개개의 맛(味)이 있으므로 성질과 맛은 밀접한 관계가 있다. 성질과 맛의 관계는 이 두 가지가 반드시 결합해야만

그 완전한 약성(藥性)을 구성하고, 어떤 성질도 어떠한 맛과 결합할 수 있는데 식물에는 단지 하나의 성질만이 존재하며 맛은 두 개 이상이 존재할 수 있다.

또한 다른 성질과 맛의 결합은 다른 효능과 적응증을 나타낸다⁸⁾고 하였다. 이와 같이 각 식물(食物)이 가지고 있는 성질과 맛의 작용을 응용하여 질병을 치료하고 있다¹³⁾고 한다.

「동의보감」에 수록된 과실류의 성질과 맛에 따른 효능과 향약성은 표 6과 같이 찬 성질(寒性)에 속하는 굴, 유감자, 홍시, 비시(檉柿, 뚝은 감), 유당, 사탕, 배, 오얏근백피, 미후도 등은 주로 暴瀉, 酒渴, 口乾 등의 갈증과 酒毒, 熱毒, 胃 속의 熱, 心熱, 客熱, 風熱, 煩熱 등의 熱을 다스렸으나 굴은 많이 먹으면 담이 성해지고 홍시는 술과 같이 먹으면 心痛이 생기고 술에 취하기 쉬우며 계와 함께 먹으면 배가 아프고 吐瀉를 한다고 하였으며 배는 많이 먹으면 속이 차가우니 특히 산부는 조심하라고 하여 과식을 금하고 있다.

더운 성질(熱性)에 속하는 석류, 임금은 목마름, 消渴 등의 갈증을 주로 치료하고 더운 성질과 함께 고른 성질(平性)을 갖는 호도는 鬚髮를 검게 하고 살이 찌며 건강해진다고 하였으나 이것들은 많이 먹으면 석류는 폐를 손상하고 임금은 白脈이 단히고 잠을 많이 자며 담을 일으키고, 호도는 風이 움직여 눈썹이 빠진다고 하여 熱한 과실류는 특히 과식을 하면 좋지 않다는 것을 알 수 있었다.

따뜻한 성질(溫性)에 속하는 연꽃, 앵도, 복숭아는 특히 얼굴빛을 아름답게 하며 우즙, 등자피, 모과, 명사는 虛渴, 熱渴, 消渴 등의 갈증과 酒毒, 술이 깨지 않을 때 등의 술독을 치료하고, 연꽃은 益神, 앵도는 脾를 도우며 白果 중 제일 먼저 익는다고 하였다. 또한 굴피는 開胃, 밤은 氣를 더해주고 胃, 腎氣를 도와주는 등 과실류 중 가장 유익하다고 하였으며, 백매(白梅), 오시(烏柿) 등은 金瘡, 火瘡 등을 치료하고 살구씨는 狗毒, 잣은 어지러움증에 좋고 오장을 튼튼하게 한다고 하였으나 복숭아, 살구, 살구씨는 毒이 있으며, 많이 먹으면 복숭아는 열을 일으키고, 살구는 損神, 筋骨을 상하게 한다고 하였다.

고른 성질(平性)에 속하는 荷鼻(연잎의 꼭지)와 복숭아씨는 血과 관계가 있으며 대추, 포도, 복분자

표 6. 동의보감에 수록된 과실류의 성질과 맛에 따른 효능과 향약성

性	과실류	味	효능과 향약성	비 고
(14) 寒	연실	甘	氣力을 길러주고 百病을 없애주고 오장보하고 益神安心	· 많이 먹으면 언제나 즐겁다.
	굴	甘, 酸	消渴 치료, 開胃	· 많이 먹으면 담이 성해짐
	유감자	甘	腸胃속의 熱毒, 暴渴, 酒毒, 酒渴 치료	· 서리를 맞으면 아주 달므로 甘과 합
	홍시	甘	갈증, 開胃, 心熱, 술의 熱毒, 口乾 치료	· 술과 같이 먹으면 心痛이 생기고, 술 취하기 쉬우며 게와 함께 먹으면 배가 아프고 토사를 함
	곶감	-	腸胃와 脾胃 보합, 소화	· 얼굴의 기미 없앰
	비시	甘	酒毒, 갈증, 胃속 熱 없앰	· ----
	비파	甘	肺 치료, 氣를 내림	· 오장을 붓게 함
	유당	甘	오장을 편하게, 氣를 더해주며, 입, 목마름 치료	· 甘蔗汁을 짜서 만든 砂糖속에 우유를 넣어서 만들
	사탕	甘	心熱, 口乾	· 효력이 石蜜과 같음
	배	甘, 酸	客熱, 心煩, 風熱, 갈증, 酒渴 치료	· 많이 먹으면 속이 차가우니 산부는 조심
	오약근백피	苦	갈증, 熱毒, 煩燥, 치통	· 노랗게 구워서 달여 먹는다.
미후도	甘, 酸	심한 갈증, 煩熱	· 서리를 맞으면 아주 달고 먹기 좋음	
내자	苦	心氣補합, 脾은화	· 많이 먹으면 배가 부풀게 됨	
은행	甘	기침	· 생으로 먹으면 목구멍 자극, 어린이 경기 일으킴	
(12) 熱	석류	甘, 酸	목마름 주르 치료	· 많이 먹으면 폐 손상, 신 것은 약용
	임금	甘, 酸	消渴, 疝란 복통 치료	· 많이 먹으면 白脈이 단히고 잠을 많이 자며 담을 일으킴, 반쯤 익은 것이 약용
熱平	호도	甘	鬚髮을 검게 하고 살이 쪼고 건강하게 함	· 많이 먹으면 風이 움직여 눈썹이 빠짐
(15) 溫	우즙	甘	곽란 뒤에 虛渴, 오장 크게 보합, 주독, 熱渴 치료	· 꿀과 먹으면 복장 살짐
	연꽃	-	心 진정, 益神, 얼굴 빛 아름답게 함	· ----
	글피	苦, 辛	開胃, 痢 치료	· 흰 것 버리지 않으면 脾 보합 체기에는 흰 것 버림
	청굴피	苦	氣와 음식 제한 것 내림	· ----
	밤	鹹	氣를 더해 주고 胃, 腎氣 도와줌	· 과실류 중 가장 유익, 주림 견디게 함
	앵도	甘	脾를 도와주며 얼굴 및 아름답게 함	· 白果 중 제일 먼저 익음
	등자피	苦, 辛	소화, 자고 나도 술이 깨지 않을 때 먹으면 바로 깬	· 많이 먹으면 해는 없으나 熱을 약간 일으킴
	백매	酸	金瘡 치료	· ----
	도과	酸	痢병 뒤의 갈증, 소갈 등 치료, 筋骨 강하게 함	· 발과 무릎 힘없는 것 고침
	명사	酸	소갈, 갈증 주독	· 술이 많이 먹힘
	오시	-	금창, 火瘡 치료	· ----
	복숭아*	酸	얼굴색을 아름답게 함	· 많이 먹으면 열을 일으킴
	살구*	酸	----	· 많이 먹으면 損神, 筋骨을 상하게 함
	살구씨*	甘, 苦	狗毒	· 속 알맹이를 밀기울에 볶아서 노랗게 되면 사용
	갓	甘	어지러움증 치료, 오장을 튼튼하게 함	· ----

표 6. 계속

平	荷葉	苦	血痢 치료, 나쁜 피를 없애 줌	· ----
(14)	대추	甘	五臟을 보하고 百藥을 부드럽게 함	· 속의 살이 虛를 補하기 때문에 약탕에 넣을 때는 반드시 쪼개서 넣는다.
	포도	甘, 酸	益氣強志하며 살이 찌고 건강하게 함	· 많이 먹으면 눈이 어두워짐
	복분자	甘, 酸	간 보호, 淸目, 益氣莖身	· 머리털이 희어지지 않음
	감인	甘	強志, 淸耳目하고 수명을 길게 함	· 췌어서 가루로 만들면 보익
	매실	酸	갈증 치료	· 생열때는 시어서 치아, 뼈 상하게 하고 열을 일으킴으로 많이 먹으면 안 됨
	비파葉	苦	胃냉증, 재채기 치료	· ----
	여지	甘	通神, 益智하고 煩渴 치료, 얼굴색 아름답게 함	· 많이 먹으면 열이 남, 꿀물로 치료
	용안	甘	心志 강하게 함	· ----
	복숭아씨	甘	어혈과 血閉 주로 치료, 心痛	· ----
	복숭아꽃	苦	대, 소변을 이롭게 하며 얼굴 빛 아름답게 함	· 씨를 깨뜨려 속서 그늘에 말려 사용
	오얏씨	苦	발목 부러져서 뼈가 아프고 살이 상한 것 치료	· 기미를 치료 함
	개암	甘	氣力を 더해주고 배가 고프지 않고 開胃함	· 걸음 걸이가 썩씩해짐
	비자	甘	춘백층 치료	· 1일 7알씩 1주간 복용
	(6)	유자	甘	주독, 술 마시는 사람의 口氣를 좋게 함
연익		苦	곽란 치료	· 연실 속의 짝
꽃대추		甘, 辛	익혀서 먹으면 腸胃보하고 속을 살찌게 하며 益氣함, 생으로 먹으면 배가 부풀고 설사 함	· 많이 먹으면 배를 부르게 하고 열이 남
석류껍질		酸	腸胃를 섬하게 하며 赤白痢 치료	· 오래 된 것이 좋음
오얏 무화과		甘	筋節 사이의 勢熱과 癰熱치료, 氣를 더 함 開胃, 설사 치료	· 감미로운 것은 식용, 쓴 것은 약용 · ----

*표는 독성이 있음

*() 안의 숫자는 과실류의 가짓수 임

는 오장을 보하고 益氣強志, 益氣輕身하며 몸을 보하고, 감인은 뜻을 강하게 하며 귀와 눈을 밝게 하고 매실은 갈증을 치료한다고 하였다. 또한 여지, 복숭아 꽃은 얼굴색을 아름답게 하며 오얏씨는 뼈가 상한 것을 치료하고 기미를 없애며, 개암은 기력을 더하고 배가 고프지 않고 비자는 춘백층을 치료한다고 하였으나 포도는 많이 먹으면 눈이 어두워지고 여지는 열이 나나 꿀물을 먹으면 낫는다고 하였다.

과실류의 성질이 표기되지 않고 맛(味)만 표기된 연익(蓮憶, 연밥속씨)은 곽란을 치료하고 유자(甘)는 주독 口氣에 좋으며 꽃대추(生棗, 甘·平)는 익혀서 먹으면 장위를 보하고 益氣한다고 하였으며 무화과(甘)는 開胃하고 설사를 멈추게 한다고 하였으나, 꽃대추는 많이 먹으면 배가 부르게 하고 열이 난다고 하였으며 생으로 먹으면 배가 부풀고 설사를 한다고

하였고, 오얏은 쓴 것이 약효가 있다고 하였다.

단맛(甘味)을 갖는 과실류 중 유감자, 귤, 유자, 홍시, 비시, 사탕, 배, 미후도, 석류, 임금, 우즙 등은 여러 종류의 갈증과 주독, 열독에 좋으며 연실, 잣, 유당, 대추 등은 오장을 튼튼히 하여 補하고 호도는 건강하게, 앵도는 脾를 도와주고 얼굴 빛을 아름답게, 포도, 복분자는 益氣強志, 益氣輕身하고 용안은 心志를 強하게, 개암은 기력을 돕고 감인은 淸耳目, 여지는 通神, 益智하고 얼굴색을 아름답게 하는 등 단맛은 비장, 위장의 기능을 높여 신체의 쇠퇴를 잘 보양하고 긴장을 풀며, 아픔을 가시게 하는 작용이 있다(補力, 緩和 작용)¹⁴⁾고 한 것과 같이 단맛이 있는 과실류들은 갈증 해소와 보양의 효과가 있다는 것을 알 수 있었다.

다른 문헌^{1,8,10,15)}에 의하면 연근은 생으로 사용하

면 어혈을 없애주고 열을 내려 진액을 생기게 하며 술독에 좋고 익혀서 먹으면 소화기능을 좋게 한다고 하였으며 「규합총서」¹⁶⁾에는 연근으로 우분죽을 끓여 먹으면 延年益壽하여 나이를 먹어도 늙지 않는다고 하였다. 또한 잣은 滋養強壯, 益氣하여 풍기를 낮게 하고 수명연장에, 대추는 강장효과, 이뇨효과, 완화강장제, 기혈보충, 노화방지, 얼굴빛을 좋게 한다고 하였으며, 호도는 강장효과, 노화방지, 병후회복에 좋으며 「본초강목」에는 간을 보하고 허리와 무릎을 따뜻하게 해주고 변비를 멎게 하며 가래를 없애준다고 하였으며 「규합총서」에는 죽으로 끓여 먹으면 해소에 유익하다고 하였다.

한편 단맛과 신맛을 함께 가진 글은 소화를 도와주고 윤기있게 해주며 주독, 갈증, 감기예방, 피로회복에 좋고, 배는 소화촉진 작용, 변비, 갈증, 주갈, 이뇨, 기침에 좋으며 배앓은 복통이 심할 때 진하게 달여 자주 먹고, 석류는 설사, 이질에 포도는 피로회복, 해독작용, 장의 활동 등에 좋다고 하였다.

신맛(酸味)이 있는 매실, 모과, 명사 등은 주로 갈증, 소갈, 주갈 등의 갈증에 좋으며 석류껍질은 腸胃를 설하게 하여 赤白痢를 치료하고, 매실은 진액을 생기게 하고 소화를 촉진시키는 작용이 있으므로 입이 말라 물을 마시려 하고 음식생각이 없을 때 사용하고 피로회복에 좋다¹³⁾고 하였으며 「규합총서」에는 매실차로 하여 마시면 갈증을 없앤다고 하였다. 또한 모과는 소화를 촉진시키며 설사, 감기, 갈증에 좋고 폐를 튼튼히 하며 위를 따뜻하게 하며, 「본초강목」¹⁷⁾에는 주독을 풀고 가래를 제거하고 속이 울렁거릴 때 먹으면 속이 가라앉고 구워먹으면 설사에 잘 듣고, 기름에 적셔 머리를 빗으면 백발을 고친다고 하였다. 또한 살구는 폐를 보하고 胃健조, 입 마르고 입술이 건조할 때 갈증에 좋다고 하는 등 신맛은 수렴작용과 체내의 진액을 증진시키는 작용이 있다⁵⁾고 한 것을 확인할 수 있었다.

「동의보감」에 수록된 과실류 중 쓴맛(苦味)이 있다고 한 하비, 오얏근백피, 내자, 청굴피, 비파엽, 복숭아꽃, 오얏씨, 연억 등은 오늘날 과실류로 취급하는 것이 하나도 없었는데 오얏근백피는 갈증, 열독에 좋고 내자는 心氣를 보하고 청굴피는 소화에 비파엽은 위냉증에 연억은 팽만을 치료한다고 하였다.

또한 쓴맛과 매운 맛을 가진 굴피, 등자피는 開胃, 痢를 치료한다고 하였으며 매운맛을 지닌 진피는 上氣를 치료한다고 하였다.

짠맛(鹹味)을 가진 밤은 益氣하고 胃·腎氣를 도와준다고 하였으며 건위, 복부를 두텁게 하고 주립(鐵)을 건디게 하고¹⁾, 밤은 과실 중 가장 유익하므로 생밤은 氣를 발동시켜 주고, 구어서 씹이 나는 정도로 하여 먹는 것이 좋으며, 밤의 속껍질은 꿀을 섞어 노인의 얼굴에 바르면 주름살이 퍼진다¹⁸⁾고 하였다.

이와 같이 「동의보감」에 수록된 과실류는 그 성질과 맛에 따라 효능과 향약성이 각기 다른 것을 알 수 있었다.

Ⅲ. 결 론

「동의보감」에 수록된 과실류에 관하여 고찰한 결과는 다음과 같았다.

1. 「동의보감」에 기록된 과실류는 연실, 굴피, 청굴피, 유자, 유감자, 대추, 포도, 밤, 복분자, 감인, 능인, 앵도, 등자, 매실, 모과, 홍시, 비파엽, 여지, 용안, 유당, 복숭아, 살구, 석류, 배, 임금, 오얏, 호도, 미후도, 잣, 내자, 진자, 은행, 비자, 산사자, 야자, 무화과 등의 36종이 과실류가 기록되어 있었으며 그 이용부위와 재료의 이용방법에 따라 과실류를 91종의 약재로 구분하여 이용하고 있었다.
2. 과실류의 이용부위는 實, 實皮, 葉, 花, 根, 根皮, 核, 核仁, 子, 莖皮, 樹皮 등이었으며 과실류의 이용방법에는 生食, 湯, 乾燥, 汁, 炙, 粉末, 燻煙, 炒, 丸, 重湯, 湯酒, 炒醋, 粥, 蒸 등 이었다.
3. 과실류를 성질(性, 氣)과 맛(味)에 따라 분류하였는데 찬 성질(寒性)에 속하는 과실류는 연실, 굴, 유감자, 홍시, 꽃감, 비시, 비파, 유당, 사탕, 배, 오얏根白皮, 미후도, 내자, 은행 등의 14종, 더운 성질(熱性)은 석류, 임금, 호도 등의 3종, 따뜻한 성질(溫性)은 우즙, 연꽃, 굴피, 청굴피, 밤, 앵도, 등자피, 백매, 모과, 명사, 오시, 복숭아, 살구, 살구씨, 잣 등 15종, 고른 성질(平性)은 하비(荷鼻), 대추, 포도, 복분자, 감인, 매실,

비파엽, 여지, 용안, 복숭아씨, 복숭아 꽃, 오얏 핵인, 호도, 개암, 비자 등 15종으로 서늘한 성질(涼性)을 가진 과실류는 하나도 없었다. 「동의보감」에 수록된 과실류는 寒, 溫, 平하다고 할 수 있었으며, 또한 이용부위에 따라 성질이 다르다는 것을 알 수 있었다.

4. 신맛(酸味)을 가진 과실류는 갈, 포도, 복분자, 매실, 백매, 모과, 명사, 복숭아, 살구, 석류, 석류껍질, 복분자, 배, 임금, 미후도 등의 15종, 쓴맛(苦味)을 가진 과실류는 荷蓂, 연억, 굴피, 청굴피, 등자피, 비파엽, 복숭아씨, 복숭아꽃, 살구씨, 오얏씨, 오얏根白皮, 내자 등 12종이었으나 오늘날 과실류로 취급하는 것은 하나도 없었다. 또한 단맛(甘味)을 가진 과실류는 연실, 우죽, 굴, 유자, 유감자, 대추, 꽃대추, 포도, 복분자, 감인, 앵도, 홍시, 비시, 비파, 여지, 용안, 유당, 사탕, 복숭아씨, 살구씨, 석류, 배, 임금, 오얏, 호도, 미후도, 잣, 개암, 은행, 비자, 무화과 등의 31종, 매운 맛(辛味)을 가진 과실류는 굴피, 진피, 꽃대추 등자피 등의 4종, 짠맛(鹹味)을 가진 과실류는 밤 1종으로 과실류의 이용부위에 따라 맛도 다르다는 것을 알 수 있었다.
5. 과실류의 성질과 맛에 따른 향약성은 찬 성질(寒性)에 속하는 과실류는 주로 暴渴, 酒渴, 口乾 등의 갈증과 酒毒, 熱毒, 胃 속의 熱, 心熱, 客熱, 風熱, 煩熱 등의 熱을 다스렸으며, 더운 성질(熱性)에는 속하는 과실류는 목마름, 등의 갈증을 주로 치료하고, 따뜻한 성질(溫性)에 속하는 과실류는 虛渴, 熱渴, 消渴 등의 갈증과 酒毒을 치료하고 益神, 益氣 등 과실류 중 가장 유익하다고 하였다. 또한 고른 성질(平性)에 속하는 과실류는 오장을 보하고 益氣強志, 益氣輕身하여 몸을 보한다고 하였으나 과실의 종류에 따라서는 과식하면 몸에 해롭다고 하여 그 복용방법, 부작용 등도 기록되어 있었다.
6. 단맛(甘味)을 갖는 과실류는 주로 갈증, 주독, 열독에 좋으며 오장을 보하고 益氣強志, 益氣輕身 등 보양의 효과가 있으며 신맛(酸味)을 갖는 과실류는 갈증, 주독, 열독을 다스리고,

쓴맛(苦味)을 갖는 과실류는 (오늘날 과실류로 취급하는 것이 하나도 없었는데) 開胃하고 소화에 좋으며, 매운 맛(辛味)을 갖는 과실류는 開胃, 上氣를 치료하고 짠맛(鹹)을 가진 과실류는 밤 1종으로 益氣 한다고 하였다.

IV. 참고문헌

1. Kang, C. K. : A Historical Study on Fruits in Korea, Korean J. 5(3), 1990.
2. 星列淸親, 千原光雄 : 食用作物圖說, 女子榮大學出版部, 210, 1972.
3. 張權列 : 農業哲學, 鄉文社, 28, 1988.
4. 김연옥 : 한국의 기후와 문화, 이화여자대학교 출판부, 337, 1986.
5. Shin, M. K. : The Effect of a Traditional Foods on Health, Korean J. East Asian of Dietary Life, 6(2), 1996.
6. 허준원저 : 동의보감 국역위원회, 국역동의보감, 남산당, 1991.
7. 홍문화 : 허준 동의보감, 도서출판 등지, 95, 1990.
8. 안덕균 : 식생활과 한의학, 동아시아식생활학회 춘계 학술대회 특강초록, 1998.
9. 이성우 : 고려이전의 한국식생활사 연구, 향문사, 1978.
10. Han, B. J. : The Historical Study of Korean Traditional Functional Food, Korean J. East Asian of Dietary Life, 6(2), 1996.
11. 이성우 : 한국요리문화사, 교문사, 1985.
12. Ahn, J. M. : Studies on the Herb that make practical application of Foods, Thesis for the Degree of Master, Kyung Hee University, 1988.
13. 이상인 : 한의학에서 본 식이요법, 한국식문화학회 8차 학술대회 특강 초록, 1988.
14. 이성우 : 동아시아 속의 한국 고대식생활사 연구, 향문사, 1992.
15. 심상용 : 한방식료사전, 창조사, 1976.
16. 빙허각 이씨 원저 : 정양완 여주, 규합총서, 보진제, 1975.

17. 이시진 : 본초강목, 문광도서유한공사, 台北, 1979.
18. 김미경 외 : 우리 나라 과실의 역사적 고찰. 한 국음식문화 연구원 논문집. 1990.