

憂鬱症의 灸治療에 關한 文獻的 考察

朴尙諤¹ · 宋春浩¹

¹東義大學校 韓醫科大學 經穴學敎室

The Study of Literature on Moxa Treatment of Melancholia

Sang-Won Park¹ · Choon-Ho Song¹

¹Dept. of Meridian & Acupoint, College of Oriental Medicine, Dong-Eui University

Abstract

Objective : This study was undertaken to review the moxa treatment of melancholia.

Method : We referred to records from ancient to modern.

Results : The results of this study were obtained as follows ;

1. It reveals that the common symptoms of melancholia shows chronic weakness and coldness generally, and moxibustion is effective for making body warm.

2. It reveals that HT8(少府), LR1(大敦), PC7(大陵), ST36(足三里) are used much for the treatment of melancholia, and the common characters of the above points are freshing mind, refreshing chest, controlling digestive energy etc..

3. It reveals that pericardium meridian, liver meridian, heart meridian are used much in moxa treatment of melancholia.

Conclusion : These results imdicate that moxa treatment is effective to treatment of melancholia.

Keywords : Moxa treatment, Melancholia, Moxibustion

I. 緒 論

<素問·異法方宜論>¹⁾에서는 “當今之世不然憂患緣其內 苦形傷其外· · · ·”라 하여 憂患으로 因해 精神과 肉體가 시달리고 있음을 나타내고 있고, <素問·陰陽應象大論>¹⁾에서는 “人有五臟化五氣以生喜怒哀憂恐”이라 하여 各各의 五臟이 지배하는 情志를 가지고 있음을 나타내고 있다.

현대에는 七情의 시대라고 해도 과언이 아닐 정도로 七情에 의한 疾病의 발생이 두드러지게 나타나고 있다. 하지만 七情 중에서도 특히 憂, 思, 悲에 의한 疾病의 발생이 상대적으로 높게 나타나는 이유는 시대적 緣由에서 그 原因을 찾을 수 있다. 精神世界와 가족 구성원의 人間的 連帶 및 질서를 중시하던 전통적인 農耕社會에서 산업화의 과정을 거치면서 精神世界의 몰락, 물질만능, 인간성 부재, 소외, 억제된 욕구에 의한 失望이나 絶望 등으로 인해 우리 사회와 개인이 병들게 되었다.

살아가면서 겪는 여러 유형의 인생과정에서

■ 교신저자: 송춘호, 부산시 부산진구 양정2동 산45 동의대학교 한의과대학 경혈학교실, Tel: 051-850-8643, Fax: 051-853-4036, E-mail:chsong@dongeui.ac.kr

도 이러한 時代的 분위기는 그대로 나타나고 있는데 입시위주의 敎育 하에서 겪는 경쟁위주의 학교 敎育은 다수의 學生들에게 좌절과 패배감을 가져다주기 쉬우며 학교를 벗어나게 되면 직장생활에서의 부적응 내지는 滿足스럽지 못한 사회생활에 無氣力함을 느끼게 되기도 하고 女性의 경우에는 結婚, 出産, 育兒 등으로 인하여 여러 유형의 문제에 직면하게 되면서 精神의인 갈등을 겪게되기도 한다.

현대를 살아가면서 느끼는 憂, 思, 悲의 여러 情緒的 要因들에 의한 비교적 共通의인 症狀이나 病名으로 여겨지는 것 중의 하나가 憂鬱症이라 생각되는 바, 憂鬱症에 대한 韓醫學的인 所見과 憂鬱症의 灸治療에 對하여 文獻을 통해 考察해 보기로 한다.

II. 研究方法

1. 歷代文獻에서 七情 中 憂, 思, 悲의 生理, 病理에 關한 부분과 憂鬱症의 原因, 症狀에 關한 文獻들을 參照하여 西洋醫學的인 憂鬱症의 概念에 接近시켜 보았다.
2. 東醫寶鑑을 中心으로 憂鬱症의 症狀에서 나타날 수 있는 症狀들에 對하여 生理, 病理, 灸治療 및 經穴에 關한 文獻을 考察해 보았다.
3. 現代醫學과 中醫學에서 分類한 憂鬱症에 關한 生理, 病理, 灸治療에 關한 內容을 整理해 보았다.
4. 憂鬱症에 使用되는 經穴을 調査하고 그 特性을 살펴보았다.

III. 本 論

A. 憂鬱症의 生理, 病理에 對한 考察

1. 內經

(1) 素問¹⁾

舉痛論 第三十九

悲則氣消 思則氣結 九氣不同 何病

之生

悲則 心系急 肺布葉舉而 上焦不通 營衛不散 熱氣在中 故氣消矣

思則 心有所存 神有所歸 正氣留而不行故 氣結

陰陽應象大論 第五

西方生燥 燥生金 在志爲憂 憂傷肺 喜勝憂

中央生濕 濕生土 在志爲思 思傷脾 怒勝思

肺在志爲憂 又曰 憂則氣沈

脾在志爲思 又曰 思則氣結 註云 繫心不散故 氣亦停留而結也

肺之志爲悲 又曰 心虛則悲 悲則憂 又曰 精氣并於 肺則悲 肝虛而肺氣并之則爲悲

又曰 悲則氣消 又曰 肺主殺故其志爲悲

風論篇 第十一

淫氣憂思 痺聚在心

肝風之狀多汗惡風善悲

痿論篇 第四十四

悲哀太甚則胞絡絕 胞絡絕則陽氣內動 發則心下崩 數洩血也

思想無窮 所願不得 淫於外入房太甚 宗筋弛縱 發爲筋痿 及爲白淫

玉機真藏論篇 第十九

悲則肺氣乘矣

憂則心氣乘矣

宣明五氣篇 第二十三

并於肺則悲

并於肝則憂

調經論篇 第六十二

帝曰 神有餘不足何如

岐伯曰 神有餘則笑不休 神不足則悲

六元正氣大論 第七十一

土鬱 - 心腹脹 腹鳴 心痛脇脹 嘔吐霍亂 腑重 身重

金鬱 - 咳逆 心脇滿引少腹 善暴痛

水鬱 - 寒客心痛 腰背痛 大關節不利 屈伸不便 善厥逆 痞堅 腹滿

木鬱 - 胃脘當心而痛 上支兩脇膈咽不通 飲食不下 耳鳴眩轉 目不認人 善暴仆

火鬱 - 少氣 ·

(2) 靈樞²⁾

本神篇 第八

憂愁不解者 氣閉塞而不行

憂愁而不解則傷意 意傷則卞免 統亂 四肢不舉 毛悴色夭死於春

思傷脾者 氣留不行 積聚中脘 不得飲食 腹脹滿 四肢怠惰

憂愁不解則傷意 意爲脾神也

又曰 憂愁者氣閉塞而不行 蓋憂則 隔塞痞悶 氣脈斷絕而上下不通也 氣固於內則大小便道便不得通泄也

因志而存變謂之思 因思而遠慕謂之慮 又曰怵惕 思慮則傷神

神傷則恐懼 流淫而不止

悲哀動中則傷魂 又曰 悲哀動中者 竭絕而失生

手厥陰之脈是動則心中澹澹大動 又曰膽病者 心中澹澹恐如人將捕

2. 鍼灸甲乙經³⁾

思發於脾而成於心一過其節則二臟俱傷

3. 丹溪心法附餘⁴⁾

氣血冲和萬病不生一有怫鬱諸病生焉故人身諸病多生於鬱

氣鬱 胸脇痛脈沈澁

濕鬱 周身走痛或關節痛遇陰寒則發脈沈細

痰鬱 動則喘寸口脈沈滑

熱鬱 昏悶小便赤脈沈數

血鬱 四肢無力能食便紅脈沈

食鬱 噎酸腹飽不能食人迎脈平和氣口脈緊盛

4. 醫學入門⁵⁾

逸則氣滯亦令氣結輕者行動則愈 重者橘皮一物湯

5. 東醫寶鑑⁶⁾

(1) 內景篇 卷之一 氣門

1) 氣逸則滯

是閑人多生

此病蓋閑樂之人不多運動氣力飽食坐臥經絡不通血脈凝滯使然也

但不至疲極所貴營衛流通血脈調暢

2) 七氣

七氣者喜怒悲思憂驚恐或以爲寒熱恚怒喜憂愁皆通也

七氣相干痰涎凝結如絮如膜甚如梅核窒碍於咽喉之間咯不出嚥不下或中滿艱食或上氣喘急曰氣隔 曰氣滯 曰氣秘 曰氣中 以至五積六聚疝癰瘵疝心腹塊痛發則愁絕殆無往而不至矣

3) 上氣

邪在肺則 寒熱上氣

肺藏氣 氣有餘則 喘咳上氣 上氣者 呼多吸小 氣息促急也

4) 下氣

下氣屬心

夏脈者心也 心脈不及下爲氣泄是也

5) 短氣

短氣者 氣短而不能相續者是之

氣短者 呼吸不相相續是也

6) 少氣

氣少者 氣少不足以言也

7) 氣痛

氣滯上焦爲心胸痞痛

氣滯中焦爲腹脇刺痛

氣滯下焦爲腰痛疝段

8) 氣逆

氣自腹中 時時上衝 氣逆

諸逆衝上皆屬於火

9) 氣鬱

氣之初病其端甚微或因七情或感六氣

或因飲食以致津液不行清濁相干自氣
成積自積成痰氣爲之鬱或痞或痛
鬱者病結不散也氣鬱不散

10) 氣不足生病

邪之所在皆爲不足故
上氣不足腦爲之不滿耳爲之苦鳴頭爲
之苦項目爲之暝
中氣不足溲便爲之變腸爲之苦鳴
下氣不足乃爲痿厥心忪
上氣不足推而揚之 下氣不足積而從之
陰陽皆虛火自當之

(2) 內景篇 券之一 神門

1) 驚悸

內經註曰悸者心跳動也
綱目曰驚者心卒動而不寧也 悸者心跳
動而怕驚也
仲景曰心悸者火懼水也惟腎欺心故爲
悸
入門曰驚悸因思慮過度及大驚恐而作
甚則心跳欲厥

2) 怔忡症

綱目曰 怔忡心動而不寧也
心虛而停水則胸中滲漉虛氣流動水既
上升心火惡之心不自安使人有怏怏之
狀是爲怔忡
怔忡者心中 惕惕然動搖而不得安靜無
時而作者是也

3) 健忘症

靈樞曰黃帝問人之善忘者何氣使然
岐伯對曰上氣不足下氣有餘腸胃實而
心肺虛則營衛留於下久之不以時上
故善忘也
又曰腎盛怒而不止則傷志志傷則喜忘
其前言
內經曰血并於下氣并於上亂而喜忘
丹溪曰健忘之證精神短少者多亦有痰

者
戴氏曰健忘者爲事有始無終言談不知
首尾此以爲病之名非生成之愚頑不知
人事者

4) 心澹澹大動

綱目曰心澹澹動者因痰動也謂不怕驚
而心自動也驚恐亦曰心中澹澹謂怕驚
而心亦動也
靈樞曰手厥陰之脈是動則心中澹澹大
動又曰膽病者心中澹澹恐如人將捕

5) 脫營失精

內經曰當貴後賤名曰脫營當富後貧名
曰失精雖不中邪病從內生身體日減氣
虛無精病深無氣洒洒然時驚病深者以
其外耗於衛內奪於榮註云血爲憂煎氣
隨悲減故外耗於衛內奪於榮是證令人
飲食無味神倦肌瘦

(3) 雜病篇 券之四 內傷門

1) 食慾不振

胃氣上則胃脘寒故不嗜食
口多嗜味陰虛火動故也陰虛則口中有
味陽虛則口中無味
憂抑傷脾不思飲食
不嗜飲食由下元陽衰

6. 張氏類經⁷⁾

情志九氣篇

憂本屬肺 而有曰心之變動而憂者 有曰心小則
易傷以憂者
蓋憂則神傷故傷心也
有曰精氣并於肝則憂者 肝勝而侮脾也
有曰脾憂愁而不解則傷意者 脾主中氣 中氣受
抑則 生意不伸 故鬱而爲憂
是心肺肝脾四臟 蓋能病於憂也
思本屬脾 而此曰思則 心有所存 神有所歸 正
氣留而不行故 故氣結矣
蓋心爲脾之母 母氣不行則 病及其子 所以心

脾皆病於思也

B. 憂鬱症의 灸治療穴

1. 素問¹⁾

肝虛則目目荒 目荒 無所見耳無所聞善恐
 如人將捕之取厥陰與少陽
 腎虛則胸中痛大腹小腹痛清厥意不樂取其經
 少陰太陽血者
 陽明令人腰痛不可以顧顧如有見者善悲刺陽
 明
 解脈令人腰痛如引帶常如折腰狀善恐刺解脈
 在郄中
 飛揚之脈令人腰痛痛上怫怫然甚則悲以恐刺
 飛揚之脈在內踝上五寸少陰之前與陰維之會

2. 靈樞²⁾

膽病者善太息口苦嘔宿汁心下澹澹恐人將捕
 之噓中訥訥然數唾在足少陽之本末亦視
 其脈之陷下者灸之其寒熱者取陽陵泉
 厥陰爲闔闔折則氣絕而喜悲悲者取之厥陰
 邪在心則病心痛喜悲時眩仆時有餘不足而調
 之其輸也
 厥頭痛頭脈痛心悲喜泣視頭動脈反盛者刺盡
 去血後調足厥陰

3. 鍼灸甲乙經³⁾

短氣心痺悲怒逆氣怒狂易魚際主之
 心痛善悲厥逆懸心如饑之狀心澹澹而驚大陵
 及間使主之
 心澹澹而善驚恐心悲內關主之
 驚善悲不樂如墮汗不出面塵黑病飲不欲食
 照海主之
 左手關前寸口陰實者心實也若心下有水氣憂
 患發之刺手心主治陰
 通里主卒痛煩心心中懊懣數欠頻伸心下悸悲
 恐
 漏谷主腸鳴強欠心悲氣逆腹脹滿急
 天井神道心愈主悲愁恍惚悲傷不樂
 間使主善悲驚狂
 少衝主太息煩滿少氣悲驚

行間主心痛數驚心悲不樂

商丘主心下有寒痛又主脾虛令人病不樂好太
息

太衝主羸瘦恐懼氣不足腹中悒悒

支正魚際合谷少海曲池腕骨主狂言驚恐

然谷陽陵泉主心中怵惕恐如人將捕之傷

少府主數噫恐悸氣不足

膽眩寒厥手臂痛善驚忘言面赤泣出腋門主之

狐疝驚悸少氣巨闕主之

少腹疝臥善驚氣海主之

熱病汗不出肌衄眩時仆面浮腫足脛寒不得臥

振寒惡人與木音喉痺齒齲惡風鼻不利

多善驚厲兌主之

驚不得眠善斷水氣上下五臟游氣也三陰交主
之

4. 備急千金要方⁴⁾

陽谷主風眩驚

列缺主熱痲驚而有所見

曲骨陰谷行間主驚痲

間使主善悲驚狂

陽谿天井主驚癩

懸釐束骨主癩疾互引善驚羊鳴

天衝主頭痛癩疾互引數驚悸

陰譙主臥驚視如見鬼

曲澤太陵主心下澹澹喜驚

陰交氣海大巨主驚不得臥

大鍾郄門主驚恐畏人神氣不足

解谿主瘰癧而驚

少衝主太息煩滿少氣悲驚

三間合谷厲兌主吐舌戾頸喜驚

通里主心下悸

手少陰陰郄主氣驚心痛

後谿主泣出而驚

腕骨主煩滿驚

通里主卒痛煩心心中懊懣數欠頻伸心下悸悲
恐

巨厥間使主胸中澹澹

陽陵泉主嘔宿汁心下澹澹

蠡溝主數噫恐悸氣不足腹中悒悒

或中雲門主欬逆上氣涎出多唾呼吸喘悸坐不

安席
少府主數噫恐悸氣不足
天府曲池列缺百會主惡風邪氣泣出喜忘

易驚 - 下廉
瘈驚 - 百會, 解谿
善恐心惕惕 - 然谷, 內關, 陰陵泉,
俠谿, 行間

5. 醫學綱目⁹⁾

醫學綱目曰心燦燦跳動少衝瀉之灸立效
健忘取列缺心俞神門中腕三里灸少海

6. 東醫寶鑑⁶⁾

氣結, 食不消 : 灸太倉
噫氣上逆 : 太淵, 神門
一切氣病 : 氣海
氣逆 : 尺澤, 商丘, 太白, 三陰交
短氣 : 大陵, 尺澤
少氣 : 間使, 神門, 大陵, 少衝, 足三里, 下
廉, 行間, 然谷, 至陰, 肝俞, 氣海
上氣 : 灸太衝
冷氣, 臍下痛 : 灸關元100壯
短氣 : 灸大椎隋年壯, 肺俞100壯, 神闕14
壯
灸第5椎下隋年壯
天井, 大椎, 肺俞, 肝俞, 魚際, 尺澤
氣亂于心 : 神門, 大陵
氣亂于肺 : 魚際, 太谿
氣亂于腸胃 : 太白, 陷谷, 足三里
氣亂于頭 : 天柱, 大杼, 通谷, 束骨
氣亂于臂 : 二間, 三幹, 內庭, 陷谷, 液門,
中渚, 俠谿, 臨泣
健忘 : 列缺, 心俞, 神門, 中腕, 足三里, 少
海, 百會
驚悸, 怔忡 : 然谷, 內關, 陰陵泉, 俠谿, 行
間
心澹澹大動 : 大陵, 足三里

7. 鍼灸學¹⁰⁾

短氣 : 大椎(灸隨年壯), 肺俞(100壯), 神闕
(二七壯), 魚際, 天井, 肝俞, 五椎下
(隨年壯)
驚悸 : 不得眠 - 三陰交
不得臥 - 浮郄, 陰交, 氣海, 大巨

8. 精解鍼灸學¹¹⁾

肺經 : 少商 尺澤
大腸經 : 陽谿 便歷 溫溜 五里 巨骨 曲池
胃經 : 太乙 足三里 豐隆 衝陽 厲兌 不容
脾經 : 隱白 陰陵泉 大橫 衝門
心經 : 神門 少府
小腸經 : 後谿
膀胱經 : 五處 天柱 大杼 心俞 膈俞 肝俞
腎俞 飛陽 僕參 申脈 束骨 膏肓
肺俞
腎經 : 湧泉 然谷 照海
心包經 : 郄門 大陵 勞宮 間使
三焦經 : 會宗 天井 瘈脈 絲竹空
膽經 : 完骨 本神 腦空 京門 陽交 陽陵泉
風池 肩井
肝經 : 大敦 行間 太衝
任脈 : 神厥 上腕 中腕 下腕
督脈 : 長強 脊中 身柱 瘈門 百會 神庭 人
中 神道

VI. 考 察

韓醫學에서 憂鬱症이라는 表現은 없지만 憂鬱症과 관련된 여러 症狀들에 對하여 살펴봄으로써 憂鬱症의 症狀과 관련된 治療方法들을 살펴볼 수 있다.

七情 中에서도 憂, 思, 悲와의 關聯性이 많으며 文獻에서는 鬱門, 氣門, 神門에서 主로 言及되고 있다.

<素問·舉痛論>¹⁾에서는 悲則氣消하며 思則氣結한다하여 九氣의 各기 不同이 어떠한 疾病을 일으킬 수 있는가에 對하여 論하고 있다. 여기서 悲와 思의 意味는 憂와 거의 같은 概念으로 보아도 無妨할 것이다. 위의 概念을 좀더 仔細히 살펴보면 悲觀, 落心 등으로 不滿을 가지게 될 때 心系가 急하게 된다고 하였는데 여기

서 急하다는 意味는 倏그리게 된다든지 또는 밝은 모습이 아님을 말하며, 肺布葉이 擧한다고 하였는데 擧의 意味는 肺의 宣布作用이 시들어짐을 表現한 것이다. 그리하여 上焦가 不通하게 되어 營衛가 不散하며 熱氣가 在中하는 故로 氣가 消耗을 일으키게 된다고 하였다. 또 생각을 과도하게 하면 마음이 매이게 되고 精神도 가만히 凝聚하게 되어 精氣가 머물러 出入하지 못하게 되는 故로 氣가 結하게 된다고 하였다.

<素問·陰陽應象大論>¹⁾에서는 각각 感情의 支配 狀態가 五臟에 어떻게 配屬되고 있는지를 나타내고 있으며 相生相剋의 原理에 依해 感情의 虛實에 따른 生理, 病理, 治療機轉을 나타내고 있다. 特히 脾의 情志는 思로서 思慮가 太過하면 傷脾하게 되고 肺의 情志는 憂로서 憂愁가 太過하게 되면 傷肺하게 된다.

脾氣가 鬱結되면 脾의 運化作用이 失調되어 胸脘痞滿, 食慾不振, 腹脹便溏 등의 症狀을 나타낸다. 그리고 喜勝憂, 怒勝思의 意味는 憂鬱症의 治療에 있어서 原則을 提示하였다고 볼 수 있다. 喜의 意味는 밝고 따뜻하며 환한 느낌으로서 따뜻한 氣運의 必要性을 말하고 있는데 憂鬱症患者에 있어서 가장 必要한 것은 몸과 마음의 따뜻한 氣運의 充滿이 絶對적으로 必要하다 하겠으며 이러한 側面에서 灸治療의 意味는 더욱 效果的이라 생각된다.

怒勝思의 意味는 생각에 골몰하고 있거나 생각이 많은 사람에게는 怒의 感情과 같은 氣結의 狀態를 깨뜨릴 수 있는 刺戟이 必要하며 怒의 感情 또한 봄의 기상처럼 升達氣運의 側面을 考慮하여 停滯되거나 처지기 쉬운 思의 감정을 다스리려고 한 意味로 解釋할 수 있다.

<素問·風論>¹⁾에서는 憂思를 많이 하게 되면 氣運이 淫蕩해져 悲가 心에 모인다고 하였으며 意味이며 肝風의 症狀는 嘔이 많으며 惡風하게 되고 쉽게 悲의 感情을 가지게 된다고 하였다.

<素問·痿論>¹⁾에서는 悲哀가 太過하여 胞絡이 끊기게 되면 陽氣가 內動하게 되어 心下崩하며 洩血의 症狀이 나타남을 이야기하고 있는

데 憂鬱症의 症狀에서 胞絡은 女性의 子宮을 싸고 흐르는 脈으로서 子宮, 秘尿生殖器와 關聯된 症狀이 나타날 수 있으며 崩의 症狀는 子宮下血, 出血, 小便出血 등의 症狀이 나타날 수 있음을 表現한 意味로 解釋할 수 있다. 實際로 憂鬱症의 症狀에서 月經不順, 秘尿生殖器系統의 症狀이 많이 나타나고 있다. 舉痛論에서 兪 급한 悲則 心系急 肺布葉擧而 上焦不通 營衛不散 熱氣在中하여 胞絡이 絶하게 된 것과 같은 概念이다.

思想無窮하여 所願不得하게 되면 意淫於外하고 入房太甚하여 宗筋弛縱하여 筋痿와 白淫의 症狀이 나타난다고 하였는데 憂鬱症의 症狀에서 遺精, 精力減退, 性慾의 喪失과 같은 症狀이 나타남을 表現한 意味로 解釋할 수 있다.

<素問·玉機眞藏論>¹⁾에서는 悲則肺氣移於肝, 肝氣受邪故肺氣乘矣, 憂則肝氣移於脾, 肝氣不守故心氣乘矣라 하여 五臟相互間의 傳變에 依하여 變化가 無數히 나타남을 表現하고 있다. 憂鬱症의 症狀이 明確하게 定意할 수 있는 것보다는 各 五臟의 傳變에 依하여 五臟에서 모두 憂鬱症의 症狀을 나타낼 수 있음을 나타낸 意味로 볼 수 있다.

<素問·調經論>¹⁾에서는 神의 有餘, 不足에 依하여 喜가 되기도 하고 悲가 되기도 함을 나타내고 있는데 平常時 精神의 健康한 狀態, 마음의 平靜에 依하여 憂鬱症의 症狀이 發病될 수 있음을 나타낸 意味로 볼 수 있다.

<素問·六元正氣大論>¹⁾에서는 運氣說을 根據로 하여 木鬱, 火鬱, 土鬱, 金鬱, 水鬱의 五鬱之氣로 分類하여 五行의 各各의 鬱에 따라 나타나는 症狀들에 對하여 說明하고 있다.

<靈樞·本神篇>²⁾에서는 憂愁와 思의 情志는 氣運의 흐름을 停滯시키고 四肢不舉하며 憔悴한 色을 나타내어 봄에 升達氣運의 不足으로 因하여 生命을 維持하기 힘들게 됨을 表現하고 있으며 思의 情志는 脾를 傷하게 하여 中脘에서 積聚를 만들고 飲食을 먹지 못하게 되거나 腹脹滿, 四肢怠惰 등의 症狀을 나타낸다. 나아가 中焦의 不通으로 因하여 上下의 升降氣運이 막히게 되어 各種 症狀을 나타내기도 한다. 思

慮가甚하면 神을 傷하게 되고 神이 傷하게 되면 恐懼의 情志가 잘 나타나게 된다. 悲哀의 情志 또한 魂을 傷하게 하며 生氣를 喪失하게 된다.

<鍼灸甲乙經>³⁾에서는 思의 情志는 氣結의 狀態를 나타내며 心脾의 二臟에 影響을 잘 미침을 나타내고 있다.

<張氏類經>⁷⁾ 情志九氣篇에서는 憂의 情志는 본래 肺에 속하여 있지만 마음을 傷하게 하여 결국 五臟 중 心을 상하게 하며 아울러 肝, 脾에 影響을 미쳐 결국 四臟에 까지 影響을 미칠 수 있음을 나타내고 있다.

<丹溪心法附餘>⁴⁾에서는 鬱門에서 六鬱 즉 氣鬱, 濕鬱, 痰鬱, 熱鬱, 血鬱, 食鬱로 分類하여 說明하고 있다.

<醫學綱目>⁹⁾에서는 가슴이 벌떡거리면서 뛰는 것은 痰이 動하여 생기는 것으로 보며, 잘 놀라고 무서움을 잘 타는 등의 憂鬱症狀에서 나타날 수 있는 症狀으로 보았다.

<東醫寶鑑>⁶⁾ 氣門의 氣逸則滯의 意味는 한가롭고 便安한 生活만을 즐기고 運動은 不足하며 膏梁珍味の 飲食을 즐겨하는 사람들의 경우 競爭이 없는 狀態로 喜則氣緩의 意味에 가깝다.

營衛와 血脈의 흐름이 調和롭지 못하여 氣運의 흐름이 停滯되거나 막히기가 쉽다. 憂鬱症患者의 경우 每事 意慾이 不足하기 쉬우며 몸의 움직임이 없어 더욱 처지기가 쉬우므로 疲勞를 느끼지 않을 정도의 運動과 일이 必要함을 나타낸 표현이다.

現代에 있어 憂鬱症 症狀을 呼訴하는 患者들의 많은 경우가 家庭의 經濟的 土臺가 어느 정도는 安定되고 子息의 養育問題에 있어서도 時間的 餘裕가 생기는 時點에서 나타나기 쉬우며 이러한 現狀은 빠른 境遇 30代 初中盤의 女性에게서 나타나는 수가 많고 또한 50代의 女性에게서도 많이 나타난다.

얼마 전까지 드라마나 연속극의 主題가 되다시피 한 更年期 女性들의 憂鬱症狀은 한 家庭內에서 經濟的 安定의 構築과 子女들의 結婚以後 갑자기 닳치기 시작한 自身の 存在에 대

한 懷疑感에서 비롯되어 虛無感을 느끼고 人生의 덧없음을 呼訴하며 憂鬱症狀에 빠지는 境遇가 많은데 이러한 境遇에는 自身만의 時間을 가지는 努力이 필요하며 趣味나 運動 등을 통하여 自身을 새로이 發見하려는 努力이 必要하다. 이러한 側面에서 氣逸則滯의 意味는 요즘의 時代的 意味와도 附合되는 概念이라 생각된다.

七氣篇에서는 七氣의 相干關係에 依하여 나타나는 症狀에 대하여 氣隔, 氣滯, 氣秘, 氣中이라는 表現으로 說明하고 있는데 憂鬱症狀의 大部分이 이러한 概念과 類似한 部分이 많으며 이러한 症狀이 甚하게 되면 五積, 六聚, 疝症, 癥症, 瘵段 등의 概念으로 다시 說明되어진다.

七情過傷으로 痰涎이 凝結하여 살구씨 만한 것이 咽喉 속에 붙어 있는 것 같은 自覺症을 느끼며 삼키려 해도 넘어가지 않고 뱉으려 해도 뱉어 지지 않는 症狀¹²⁾은 臨牀에서 때때로 나타나는데 <金匱要略>¹³⁾에서는 婦人의 咽喉部에 灸肉이 있는 듯한 느낌을 가진다고 하였고, <醫宗金鑑>¹⁴⁾ 諸氣治法에서는 이러한 症狀을 梅核氣라 부르고 있다. 治療는 肝의 鬱氣를 疏泄시키고 和胃하며 氣逆上을 下降시키는 것이 原則이다. 肝의 기상은 溫和함과 升達을 特徵으로 하는데 疏泄機能의 失調은 이러한 溫和한 狀態나 升達機能의 不調狀態이기 때문에 溫灸療法을 痛하여 肝의 疏泄機能 恢復에 초점을 맞추는 治療가 必要하리라 생각된다.

上氣, 下氣, 短氣 등의 症狀들은 呼吸器疾患에서 많이 나타나는 症狀으로 肺의 情志가 憂에 해당하니 憂의 情志에 의하여 이러한 呼吸器 症狀은 充分히 나타날 수 있다고 본다.

下氣는 心에 屬하며 心이 恐하면 下氣가 된다. 下氣에는 氣를 升提시킨다. 短氣의 症狀은 氣力이 弱하여 숨을 잘 이어가지 못하는 것으로 氣가 치밀어 오르는 것 같으나 사실은 氣가 치밀어 오르는 것은 아니다.

少氣의 症狀은 氣運이 弱하여 말을 할 수 없을 정도로 된 것으로 肺氣가 不足한 경우, 腎虛한 경우, 顛中이 弱한 경우, 脾胃를 傷하여 中氣가 虛해진 境遇에 이러한 症狀을 나타낸다.

氣痛篇에서는 氣痛의 症狀은 대개 七情과 飲食傷에 起因하여 痰飲이 되어 가슴을 답답하게 하는 上焦의 症狀, 배와 옆구리가 찌르는 듯이 아프게 되는 中焦의 症狀, 허리가 아프거나 疝段등을 나타내는 下焦의 症狀이 있다고 說明하고 있는데 憂鬱症의 症狀에서도 이러한 氣痛의 症狀은 充分히 나타날 수 있는 것이다.

氣逆篇에서는 여러 가지로 치밀어 오르는 것은 모두 火에서 起因한다고 하였다

氣鬱은 七情, 六氣에 感觸되거나 飲食關係로 생기기 쉽다. 氣가 鬱滯되면 濕이 생기게 되고 濕이 氣運의 흐름을 막게 되면 熱을 生하게 한다. 氣鬱病은 浮腫과 脹滿을 兼하여 나타나는 경우가 많음을 나타내고 있다.

氣不足生病은 邪氣가 들어 있는 것은 모두 氣不足에 起因하며 上焦에 氣가 不足하면 腦髓가 그득하지 못하여 耳鳴症을 나타내고 머리를 잘 들지 못하거나 눈이 어둡게 되며, 中焦에 氣가 不足하면 大小便이 平素와 다르게 나타나고 배가 몹시 곱으며, 下焦에 氣가 不足하면 痿厥이 되어 가슴이 답답하게 된다고 하였다.

驚이란 마음이 갑자기 놀라서 安定되지 않는 것이고, 悸란 가슴이 두근거리고 무서워 놀라는 것이다. 驚悸의 症狀은 心膈經의 病으로 본다. 火가 水를 두려워하는 것이며 腎이 心을 업신여기기 때문에 나타난다. 五飲이 쌓여 中脘을 막으면 痰飲으로 困한 驚悸가 나타난다. 驚悸는 너무 思索를 하거나 몹시 놀랐거나 무서워하는데서 생기기도 한다.

怔忡이란 가슴이 벌떡거리며 不安해하고 무서워하면서 사람이 잡으러 오는 것 같이 생각되는 것이다. 많은 경우에 富貴에만 서두르고 가난하게 사는 것을 섭섭하게 생각하면서 所願을 이루지 못하여 病이 생긴다. 心이 動하여 便安하지 못한 상태를 말한다. 心이 虛하고 水氣가 명치 밑에 머물러 있으면 가슴 속으로 스며 들고 虛한 氣運이 動하며 水氣가 위로 올라간 것을 心火가 싫어하게 되는데 이 때문에 마음이 스스로 便安치 못하게 되며 怏心이 생기는데 이것을 怔忡이라 한다.

健忘症은 心脾兩虛, 痰, 腎虛, 血瘀, 心腎不

交, 心虛, 血氣相亂, 七情, 脾虛 등의 原因에 의하여 生하는데 思索를 지나치게 하여 心이 傷하게 되면 血이 줄어들게 되고 흠어져 神이 제 자리를 지키지 못하게 되며 脾가 傷하게 되면 胃氣가 衰弱해지고 疲困해져서 생각이 더 깊어지게 된다.

心澹澹大動은 가슴이 벌떡거리면서 몹시 뛰는 症狀으로 이것은 痰이 動하기 때문에 나타나며 놀란 일이 없어도 저절로 心臟이 뛰는 症狀이다. 놀라고 무서워 할 때도 가슴이 잘 벌떡거리게 된다. 心包經의 是動病으로 나타나고 膽病일 때도 잘 나타나며, 憂鬱症에서 나타날 수 있는 症狀으로 보아도 좋을 것 같다.

脫營失精의 症狀으로는 飲食의 맛을 잃게 되고 몸이 나른해지며 氣運이 不足하게 되고 精氣도 없으며 瘦瘠해지고 살이 여위어진다. 또 때때로 잘 놀라기도 하며 근심으로 인하여 血이 줄어들게 되고 氣는 슬픔으로 인하여 減少되어 걸으려는 衛機가 消耗되고 속으로는 營이 虛脫하게 된다.

憂鬱症에서의 食慾不振은 憂思傷脾, 氣抑에 의한 食慾不振으로 볼 수 있다. 憂鬱症 患者의 경우 거의 食慾不振의 症狀을 나타내는 경우가 많은데 全體의인 氣機의 停滯가 脾胃活動의 停滯를 招來하여 나타나므로 脾胃의 機能恢復도 重要하지만 全體의인 氣機의 恢復을 위한 治療가 먼저 前提되어야 할 것으로 생각된다.

<中醫學基礎>¹⁵⁾에서는 憂鬱症의 原因을 肝氣鬱結로 說明하고 있는데 肝氣鬱結의 狀態는 肝의 疏泄機能障礙로 因하여 自律神經系의 지나친 緊張을 惹起시켜 繼續되면 肝火上炎으로 移行되기 쉽고 血瘀, 痰飲, 陰虛의 症狀을 일으킨다. 肝氣鬱結의 症狀은 精神的 抑鬱感, 情緒不安, 偏頭痛, 胸脇脹痛, 失調에 따른 惡心, 嘔吐, 食慾不振, 腹脹(腹部膨滿), 口渴, 口苦, 生理不順, 喉中梗塞感(梅核狀態), 肝炎이나 神經症, 各種腫瘤 등이 나타난다. 肝氣鬱結을 治療하는 經穴의 特性을 살펴보면 督脈과 心包經에서 마음을 便安하게 하고 頭腦를 明皙하게 할 수 있는 主穴을 選用하는데 精神을 明皙하게 하고 熱邪를 물리치는데 좋은 人中, 少商, 隱白穴,

心包經의 原, 榮穴로서 內熱을 除하는데 좋은 大陵, 勞宮穴, 陽橋脈과 督脈의 熱邪를 除하여 마음을 便宜히 하는 神脈, 風府, 上星穴, 手足의 陽明熱을 없애는 頰車, 曲池穴 등을 使用한다. 이 외에도 灸關元, 三陰交, 太谿, 太衝穴 등을 選用하기도 한다.

<韓國標準疾病死因分類標>¹⁶⁾에서는 憂鬱症의 概念을 보다 西洋醫學的인 側面에서 分類하여 說明하고 있다. 아래는 <韓國標準疾病死因分類>를 根據로 憂鬱症에 類似한 疾病과 分類을 圖表로 만들어 본 것이다.

<表 1> 憂鬱症에 類似한 疾病과 分類

疾病	分類
健忘	
氣鬱症	
産後氣鬱症	
怔忡, 驚悸	
臟燥症, 脫營失精症, 中氣症	
	食慾不振
消化器障礙	七情泄 氣秘症
	不眠, 不睡
睡眠障礙	嗜眠, 嗜臥 多夢
陰萎	
頭痛	頭風症 頭目不清利
眩暈	
	氣痛症 遺尿症
心身症	疲勞 多汗症 七情九氣症
	疔病

西洋醫學에서 보는 憂鬱症의 症狀은 韓醫學과 比較하여 比較的 狹義的이라고 생각된다. 다음은 <家庭醫學>¹⁷⁾을 根據로 憂鬱症의 症狀에 대하여 整理해 본 것이다.

1) 一般的인 삶 속에서 느끼는 興味나 快樂의 喪失, 모든 事物이나 對象에 對한 悲觀的 思考 슬픔 希望이 없으며 沈滯되고 生氣가 없는 氣分의 狀態가 主된 症狀으로

나타난다.

2) 다음의 症狀에서 最小 4가지 症狀이 2週以上 持續的으로 나타나는 境遇

- 食慾不振의 狀態, 體重減少
드물게 지나치게 食慾이 亢進되거나 體重이 增加하는 境遇도 있다. 內臟機能의 障礙로서 입맛이 떨어지고 胃腸의 쓰림, 滯症, 便秘, 下痢便秘나 下痢의 交代, 腹痛, 腹部의 膨滿感, 口渴, 梅核 症狀, 動悸 등의 症狀

- 睡眠障礙

드물게 睡眠過多症과 같은 嗜眠狀態가 維持되기도 한다.

睡眠障礙의 症狀은 主로 잠들기가 어렵고(入眠障礙), 睡眠中 잘 깨며 꿈을 많이 꾸다.

- 精神的인 焦燥症狀의 發顯

때에 따라 焦燥와는 反對的인 遲滯

- 精力減退, 疲勞, 意慾喪失 등이 나타난다.

疲勞感은 거의 恒常 있으며 밤잠을 설치고 난 다음날 아침 疲勞를 더 呼訴하게 되는 경우가 많다.

- 日常生活에서 興味나 快樂의 喪失, 性慾의 減退

- 將來에 대한 걱정, 過去에 대한 後悔, 自責感, 罪責感 혹은 罪業妄想

過去事에 對한 지나친 걱정, 些少한 일에도 그칠 줄 모르게 걱정하게 된다.

- 自尊心 喪失, 虛無感, 厭世의 思考

- 主意集中 低下, 思考能力 低下, 活動의 減退, 對人接觸忌避, 社會參與低下, 學業이나 作業能率低下

전처럼 생각이 빨리 움직이지 않아 마음이 자유스럽지 못하며 健忘症이甚하고 일에 대한 集中力이 떨어지게 된다. 그리고 本來 患者가 疑心이 많았던 사람의 경우는 妄想的 또는 偏執症의 傾向이 두드러지게 나타난다.

- 죽음에 대한 反復的 生覺 自殺企圖

특히 內因性憂鬱症의 境遇 自殺에 이르

게 되는 確率이 높으므로 早速히 診斷이 되어야 한다.

- 지나친 憤怒, 쉽게 興奮
- 기타 症狀으로서 發汗(自汗), 盜汗, 微熱, 寒氣, 熱感 등의 體溫調節 障礙나 항상 感氣에 걸려 있는 듯한 狀態의 느낌, 性慾低下, 月經障礙 등을 나타낸다.
- 頭重感, 肩背凝, 腰痛, 四肢痛 및 나른함, 가슴이 답답하고 眩氣症을 자주 느끼거나 身體浮上感, 頻尿

3) 精神分裂症, 妄想性 障礙(偏執症), 器質性 精神病이 아닌 境遇

다음으로 憂鬱症의 生理的, 病理的 要因에 따라 多樣하게 사용되는 經穴들의 特性과 主治에 대하여 살펴보기로 한다.

肺經의 少商은 肺經의 井穴로서 七情中에서 憂의 情志는 肺에 影響을 미치기 쉬우며 厥逆, 肺逆, 利咽喉, 疏泄十二經, 氣火之冲逆에, 尺澤은 合穴로서 降逆氣, 清上焦之熱하며 神經系統의 不安, 걱정, 悲愁, 動悸에 作用한다.

大腸經의 陽谿는 大腸經의 經穴로서 頭痛, 耳鳴의 主治穴이며 解谿穴과 配用하여 驚悸, 正忡에, 偏歷은 大腸經의 絡穴로서 清肺氣, 調水道, 不安, 憂鬱, 不眠, 耳鳴에, 溫溜는 大腸經의 郄穴로서 理腸胃, 神經系統의 不安, 上衝, 大腦充血에, 五里는 上氣, 目視眩暈, 抑鬱感과 心下痛에, 巨骨은 興奮에, 曲池는 大腸經의 合穴로서 調氣血, 主泄熱氣하고 大腸과 全身을 調節하는 上肢의 要穴이며 月經不調, 不安, 興奮, 頭痛, 月經障礙, 無月經, 抑制, 未踏步 世界에 대한 夢에 作用을 나타낸다.

胃經의 太乙은 食慾不振, 胃潰瘍, 急慢性胃腸 카타르, 腕痛, 腸疝, 遺尿, 心煩不寧, 神經興奮에, 足三里는 胃經의 合穴, 土穴이며 回陽九鍼穴中의 하나로서 胃腸疾患, 強壯, 氣脹과 腸痙攣, 腹瀉와 便秘, 急慢性胃炎, 急慢性腸炎, 失眠, 月經不調, 通調經絡氣血, 扶正培元, 祛邪防病, 食慾不振, 消化障礙, 便秘, 精神衰弱, 興奮, 抑鬱症, 眩暈, 不眠, 偏頭痛에, 豐隆은 胃經의 絡穴로서 和胃氣, 化濕痰, 清神志, 不眠, 不安, 頭痛에, 衝陽은 扶土化濕, 和胃寧神, 不安, 眩

暈, 頭痛, 하품, 食慾不振에, 厲兌穴은 胃經의 井穴이며 和胃清神, 疏泄陽明邪熱, 腦貧血, 神經衰弱, 不安興奮, 不眠, 多夢에, 不容은 食慾不振, 胃擴張, 鬱而呼吸困難, 咽喉不快에 作用한다.

脾經의 隱白은 脾經의 井穴이며 消化不良, 多夢, 調血通血, 扶脾溫脾, 清心寧神, 溫陽, 回厥, 治不得臥, 補之可益脾氣, 升下陷之陽, 散沈固之寒, 扶中土以固四維, 抑制, 興奮, 不安, 不眠에, 陰陵泉은 脾經의 合穴이며 運中焦, 化濕滯, 調膀胱, 能開通水道, 不眠, 消化不良, 便秘, 膀胱虛弱에, 大橫은 急慢性카타르, 便秘, 小腹痛, 急慢性胃炎, 少力, 多寒善悲, 恐怖, 便秘, 中焦虛寒, 太息, 神經疲勞, 常悲에, 衝門은 疝氣, 月經困難, 小便困難, 煩心, 膨滿感, 消化障礙에 作用한다.

心經의 神門은 心經의 原穴이며 神經衰弱, 失眠, 怔忡, 心痛, 安神寧心, 清火涼營, 清心熱, 調氣逆, 神經性心悸亢進, 心痺悲恐, 心痛, 心煩, 健忘, 失眠, 悲哀哭, 不安, 不眠, 抑制, 心疾患, 動悸, 恐怖, 喜悲雙曲, 食慾喪失, 興奮性不眠, 心神氣弱, 한숨, 健忘에, 少府는 心經의 榮穴이며 心悸, 悲恐萎人, 噎中有氣如息肉狀, 不安, 焦燥, 抑制, 心胸不安感, 動悸, 恐怖畏人, 咽乾에 作用한다.

小腸經의 陽谷은 癰癩, 譫妄, 精神疾患, 失眠에, 後谿는 小腸經의 俞穴이며 清神志, 祛內熱, 通督脈, 清熱祛風, 醒腦, 閉鬱鎮之功, 耳鳴, 不安焦燥興奮으로 精神的 肉體的 虛弱, 抑制, 頭痛, 消化力弱, 膀胱虛弱에 作用한다.

膀胱經의 五處는 頭痛, 眩暈, 頭重痛, 目眩不明에, 天柱는 項背強痛, 內臟機能調整, 壯水涵木, 促進臟腑之精氣, 上灌於目, 增強視力, 腦部不快와 記憶力低下, 頭痛, 眩暈, 頸肩背痛, 頭重, 轉頭眩暈에, 大杼는 不安, 恐怖, 頭痛, 眩暈, 神經性興奮에, 心俞는 心煩, 神經衰弱, 養心安營, 清神寧志, 虛勞, 健忘, 恐愁恍惚全身虛弱羸瘦無神, 清心邪熱開竅, 甚한 動悸, 胸部膨滿感, 食慾不振, 月經障礙, 不安, 不眠, 耳鳴, 呼吸短而動悸, 不能眠臥, 易悲에, 膈俞는 清血熱, 理虛損, 和胃氣, 寬胸膈, 諸血病, 虛損昏暈, 食道及

胃疾患, 神經衰弱, 心悸亢進, 婦人病, 飲食不消化, 胃炎, 食慾不振, 血熱에, 肝俞는 失眠에, 腎俞는 月經不調, 腎虛腰痛, 補腎, 振氣化, 祛水濕, 益水壯火, 明目聰耳, 耳內虛鳴, 虛腫耳鳴, 陽萎, 月經不調, 目昏, 耳鳴에, 飛揚은 虛弱, 抑制, 不眠, 排尿障礙에, 僕參은 精神的變質, 不安에, 申脈은 神經性頭痛, 寧神志, 心驚耳鳴, 胸滿, 精神的 肉體的虛弱, 上部興奮, 偏頭痛, 多夢, 耳鳴, 月經困難, 尿失禁에, 束骨은 膀胱經의 俞穴이며 頭痛, 目眩, 不安에, 膏肓은 補肺健脾, 治勞益損, 寧心培腎, 神經衰弱, 健忘, 脾胃虛弱, 疲勞, 虛弱, 神經衰弱, 抑制, 不安, 心虛弱, 食慾不振에, 肺俞는 肺調氣, 補虛損, 清虛熱, 和營血, 抑制, 憂鬱, 胃炎, 胃腸障礙, 興奮, 食事不振, 口舌乾에 作用한다.

腎經의 湧泉은 腎經의 井穴이며 回陽九鍼穴의 하나로 神經性頭痛, 頭眩, 降陰火, 寧神志, 勞厥逆, 心下痛, 不欲食, 頭頂痛, 頭眩, 目昏花, 咽喉痛, 舌乾小便不利, 大便難, 不安, 焦燥, 過興奮에, 然谷은 腎經의 榮穴이며 月經不調, 疏厥氣, 理下焦, 氣分變動, 月經困難, 月經過多, 月經障礙에, 照海는 清神志, 月經困難, 神經衰弱, 通經和營, 泄火疏氣, 清神志, 利咽喉, 月經不調, 疝氣, 小便頻數, 咽喉痛, 失眠, 不眠, 疲勞, 抑鬱에 作用한다.

心包經의 郄門은 神經性心悸亢進, 清降涼血, 心悸, 不安, 不快感, 抑制, 焦燥, 悲哀, 心氣, 不足, 氣乏, 周圍와 사람을 싫어하는 症, 記憶不振에, 大陵은 回陽九鍼穴의 하나로 神經衰弱, 清心寧神, 和胃寬胸, 清營涼血, 心痛, 心悸, 驚悸, 清心降火, 失眠, 不安, 興奮充血, 不眠, 頭痛, 疲勞, 悲哀, 耳鳴, 身熱, 頭疼痛, 呼吸短, 胸脇疼痛, 悲位, 恐怖, 精神障礙에, 勞宮은 心包經의 榮穴로서 清心火, 除濕熱, 熄風涼血, 安神和胃, 勞役, 氣滯, 開七情鬱結, 擅清胸膈之熱, 導火下行, 清心胃之火, 抑上逆之熱, 結胸痞悶, 煩倦嗜臥, 不安, 頭痛, 偏頭痛, 不眠, 不安夢, 耳鳴, 眩暈, 繼續의인 悲, 消化不良에, 間使는 心包經의 經穴이며 調心氣, 清神志, 祛胸膈痰瘀, 心痛, 心悸, 胃痛, 煩燥, 身體와 精神虛弱, 興奮, 氣乏, 不安, 神經衰弱, 消化不良에 作用한다.

三焦經의 會宗은 三焦經의 郄穴이며 興奮에, 天井은 三焦經의 合穴이며 化經絡痰濕, 疏三焦氣火, 不安, 不眠에, 瘰脈은 目不明, 驚恐失精에, 絲竹空은 散風止痛, 清火泄熱, 通調三焦氣機에 作用한다.

膽經의 完骨은 頭痛, 煩心, 頸項痛에, 本神은 頭痛目眩, 頸項強急, 胸脇痛, 不安, 無意識, 眼眩暈, 眩氣, 頸強直과 疼痛, 精神障礙, 恐怖에, 腦空은 頭痛, 眩暈, 心悶亂, 心悸, 耳鳴, 頸項強直, 抑制, 動悸에, 京門은 溫腎寒, 導水濕, 降胃逆에, 陽交는 神經系統의 不安定에, 陽陵泉은 舒筋脈, 清膽熱, 疏經絡濕滯, 神經性疲勞와 不安에, 風池는 頭暈, 耳鳴, 明目, 利機關, 頭風, 眩暈에, 肩井은 治五勞七傷, 神經衰弱, 憂鬱, 眩暈, 眩氣, 氣塞에 作用한다.

肝經의 大敦은 疏泄厥氣, 調經和營, 理下焦, 回厥逆清神志, 大便難, 失尿不禁, 小腸疝氣疼痛, 舒筋調肝祛邪, 痛引小腹, 月經障礙, 喜眠, 無意識에, 行間은 肝經의 榮穴이며 頭痛, 不眠, 消化不良, 涼血熱, 清下焦, 噎乾, 善渴, 調氣行血, 疝氣, 小便不通, 遺溺, 頭痛, 目眩, 不眠, 疲勞, 興奮, 不滿, 抑鬱, 眼部的 壓迫感과 疲勞感, 胃腸障礙, 便秘, 月經困難, 頭痛, 頭眩, 不眠, 易怒, 神經衰弱, 精神障礙에, 太衝은 肝經의 俞穴이며 腸疝痛, 頭暈, 頭痛, 消化不良, 內臟調節, 清熄肝火肝陽, 疏泄下焦濕熱, 頭痛, 眩暈, 興奮易疲勞, 抑鬱症, 不眠狀態에 作用한다.

任脈의 神闕은 虛脫, 腹鳴, 腹痛, 泄瀉, 消化不良, 溫通元陽, 勞厥固脫, 運腸胃, 氣機化, 寒濕積滯, 治陰症冷極, 手足厥冷, 神經衰弱, 慢性便秘, 食慾喪失, 急性婦人科의 病的興奮에, 上脘은 理脾胃, 化痰濁, 疏氣感, 寧神志, 胃脘痛, 九種心疼, 不安, 興奮, 嘔吐, 惡心, 消化不良, 食慾喪失, 慢性胃炎, 精神障礙, 恐怖, 飲食不消化에, 中脘은 回陽九鍼穴 중의 하나로 和胃氣, 化濕滯, 理中焦, 調升降, 九種心疼, 虛勞, 不下食, 氣聚寒冷, 扶脾胃健胃增強運化, 中脘回還胃氣, 胃痛, 腹脹, 脾胃虛弱, 食慾喪失, 消化不良, 便秘, 動悸, 精神의不安, 不眠, 飲食消化難, 心動悸, 不眠, 便秘에, 下脘은 慢性胃炎, 慢性腸炎, 脾胃虛弱, 腸胃運化, 消食積氣滯, 飲食不化, 食慾喪

<表 2> 經絡別 憂鬱症 治療穴

經絡	治療穴
足太陽膀胱經	五處 天柱 大杼 心俞 膈俞 肝俞 腎俞 飛陽 僕參 申脈 束骨 膏肓 肺俞
手太陽小經經	陽谷 後谿
手陽明大腸經	陽谿 便歷 溫溜 五里 巨骨 曲池
足陽明胃經	陷谷 太乙 足三里 豐隆 衝陽 厲兌 不容
手少陽三焦經	會宗 天井 瘰脈 絲竹空
足少陽膽經	臨泣 完骨 本神 腦空 京門 陽交 陽陵泉 風池 肩井
手少陰心經	少府 少衝 神門
足少陰腎經	湧泉 然谷 照海
手厥陰心包經	大陵 間使 陰谷 郄門 勞宮
足厥陰肝經	太衝 大敦 行間 曲泉 太衝
手太陰肺經	魚際 尺澤 少商
足太陰脾經	隱白 陰陵泉 大橫 衝門
任脈	丹田 神厥 上脘 中脘 下脘
督脈	長強 脊中 身柱 掖門 百會 神庭 水溝 神道

失에 作用한다.

督脈의 長強은 督脈의 絡穴이며 便秘, 頭昏迷, 不安, 焦燥, 虛憊에, 脊中은 不安, 興奮, 精神障礙, 食事不振에, 身柱는 清心寧志, 補肺清營, 神經衰弱, 興奮에, 掖門은 利機關, 通竅絡, 清神志에, 百會는 神經性頭痛, 頭痛, 耳鳴, 便秘, 頭面頸項의 鎮痛, 熄肝風, 潛肝陽, 清神志, 勞厥逆, 舉陽氣下陷, 泄陽經煩熱, 諸興奮과 不安, 快心缺乏과 記憶減退, 不眠, 不安, 耳鳴, 極甚한 神經質, 健忘, 頻哭, 甚驚, 精神障礙, 心不安, 耳鳴, 頭重에, 神庭은 頭眩痛, 驚悸不安, 不眠, 頭痛, 眩暈, 興奮, 抑制, 頭痛에, 水溝는 勞厥逆, 清神志, 消內熱, 能調陰, 陽逆氣, 促進營養, 調和氣血, 潤筋骨利關節에, 神道는 健忘, 驚悸, 脊背強痛, 恍惚悲愁, 神經衰弱, 焦燥, 不安, 抑制, 動悸, 健忘, 神經質, 精神障礙에 作用한다.

이상의 내용을 종합하여 보면 憂鬱症에는 少府, 大敦, 大陵, 足三里, 陽谷, 魚際 등의 經穴들이 主治穴로 選用될 수 있는 것으로 나타났고 그 共通的인 穴性은 清神寧志, 清上焦之熱, 調中氣, 理下焦, 疏三焦氣火 등으로 나타났으며,

憂鬱症의 灸治療에는 心包經, 肝經 및 心經 등이 多用되는 것으로 나타났다.

本文의 內容을 정리하여 각 經絡別 憂鬱症 治療穴을 表 1로 만들어 보았다.

憂鬱症에 대한 灸治療는 鍼治療와는 다른面이 있다고 생각된다. 灸療法은 溫熱刺戟을 통하여 陰陽의 機能 失調에 依해 나타나는 疼痛이나 生體反應을 調和시켜 나가는 韓醫學 治療方法 중의 하나이다.¹⁸⁾

漢代의 張仲景은 三陽宜鍼 三陰宜灸라 하여 少陰病, 厥逆證에 灸法을 使用하여 溫陽 救逆하였고 宋代의 實材는 灸의 溫補陽氣 效能을 利用하여 保健灸로 發展시키기도 했다.¹⁰⁾

灸法은 寒證 뿐만 아니라 熱證에도 應用이 可能的인 治療法으로 唐代의 醫家인 孫思邈은 癰疽, 臟腑實熱, 狂症, 陰虛內熱, 濕熱 등의 熱證에도 灸法을 使用하였고, 宋代의 聞人耆年은 <備急灸法>에서 灸法이 溫中散寒, 回陽固脫하여 虛寒證을 治療할 뿐 아니라 癰疽, 腸癰 등 實熱證의 治療에도 有效함을 主張하였다.¹⁹⁾

또한 元代 朱丹溪⁴⁾는 灸法이 補火 뿐만 아니라 解毒, 消癰, 止痛, 調肝 止血, 消腫, 大瀉肺氣, 散火去痰, 清熱養陰 등의 瀉火의 意味도 있다고 主張하였다. 또한 明代의 李梴⁵⁾은 虛者灸之 使火氣以調元陽 實者灸之 使實邪隨火氣而 發散 寒者灸之 使其氣復溫 熱者灸之 引鬱熱之期外發 火就燥之義라 하여 寒熱虛實에 따른 灸治療효과를 說明하고 있다.

灸는 組織器官의 機能을 促進시키고 調整하며 保健 防禦作用이 있으며 補血, 強心, 鎮痛 止血, 免疫, 抗酸血 및 病的組織의 除去와 局所의 出血, 貧血, 炎症 등에 대하여 誘導效果가 있고,²⁰⁾ 長期間의 施灸로 因한 血液上의 變化는 單純한 熱刺戟만 가지고서 說明할 수 없고 施灸時 血液中에 어떤 物質이 溶解 吸收되어 二次的으로 오랫동안 그 作用을 發揮한다.¹⁸⁾

大體로 憂鬱症 患者들의 경우 鍼治療보다는 灸治療가 더 適合하다고 생각된다. 왜냐하면 憂鬱症 患者들의 경우 氣運이 많이 消耗되어 지친 狀態로 慢性的인 虛寒의 양상을 나타내는 경우가 많기 때문이다. 특히 現時代는 營養은

比較的 豊富한 反面에 精氣神이 많이 시달리어 精神的으로 지쳐 있거나 體力이 衰落되어 있는 경우가 많기 때문에, 憂鬱症 患者를 다스리는 경우에 있어서 各各의 主된 症狀을 誘發하게 된 精神的 要因들을 改善시키거나 心理的으로 慰安을 받을 수 있는 것들을 患者 스스로 찾을 수 있도록 도움을 주는 方向으로 治療가 이루어져야 할 것으로 생각된다.

V. 結 論

憂鬱症의 灸治療에 關한 歷代文獻을 調査하여 다음과 같은 結論을 얻었다.

1. 憂鬱症의 症狀은 大概 慢性的인 虛寒의 양상으로 나타나 溫中散寒, 回陽固脫시키는 灸治療가 效果的인 것으로 나타났다.
2. 憂鬱症에는 少府, 大敦, 大陵, 足三里 등의 經穴들이 主治穴로 選用될 수 있는 것으로 나타났으며 그 共通的인 穴性은 淸神寧志, 淸上焦之熱, 調中氣, 理下焦, 疏三焦氣火 등으로 나타났다.
3. 憂鬱症의 灸治療에는 心包經, 肝經 및 心經이 多用되는 것으로 나타났다.

參考文獻

1. 洪元植. 精校黃帝內經素問. 서울 : 東洋醫學研究院出版部. 1985 : 24, 68, 74, 92, 146, 157, 166, 216, 273-4.
2. 洪元植. 精校黃帝內經靈樞. 서울 : 東洋醫學研究院出版部. 1985 : 68.
3. 皇甫謐. 鍼灸甲乙經. 臺北 : 東方書店. 1960 : 5, 193, 229, 238, 276.
4. 朱震亨. 丹溪心法附餘. 서울 : 大星文化社. 1993 : 515.
5. 李 槤. 醫學入門. 서울 : 大星文化社. 1990

: 雜病篇338, 外科篇 222-223, 鍼灸篇 529-30, 539.

6. 許 浚. 東醫寶鑑. 서울 : 南山堂. 1976 : 88-102, 434-5.
7. 張介賓. 類經. 서울 : 大星文化社. 1990 : 315-6.
8. 孫思邈. 備急千金要方. 서울 : 大星文化社. 1992 : 903-43.
9. 樓 英. 醫學綱目. 北京 : 中國中醫藥出版社. 1996 : 221-2, 318-9.
10. 全國韓醫科大學 鍼灸經穴學教室. 鍼灸學. 서울 : 集文堂. 1988 : 1182, 1184, 1015-60.
11. 崔容泰 外. 精解鍼灸學. 서울 : 杏林出版社. 1985 : 230, 268, 270, 279, 297, 308, 310, 325, 327, 367, 376, 384, 416, 419, 430, 433, 437, 465, 469, 523, 552, 554, 572, 580, 589, 611, 614, 627.
12. 金相孝. 東醫神經精神科學. 서울 : 杏林出版社. 1980 : 278-9.
13. 張中景. 金匱要略. 北京 : 人民衛生出版社. 1989 : 595.
14. 吳 謙. 醫宗金鑑. 北京 : 人民衛生出版社. 1982 : 1083.
15. 上海中醫學院. 中醫學基礎. 上海 : 商務印書館. 1981 : 185.
16. 大韓韓醫師協會. 韓國標準疾病死因分類(韓醫). 서울 : 아람인쇄. 1994 : 205-10.
17. 醫學教育研修院. 家庭醫學. 서울 : 서울大學校出版部. 1988 : 689.
18. 林鍾國. 鍼灸治療學. 서울 : 集文堂. 2001 : 233-236.
19. 劉冠軍. 中醫灸療集要. 南昌 : 江西科學技術出版社. 1991 : 40-1, 162-4.
20. 林鍾國. 艾灸의 生體反應에 關한 文獻的 考察. 東洋醫學. 1976 ; 2(3) : 36-40.