

慎用 - '汗法'

최 훈* · 윤석철

우석대학교 약화대학 한약학과

Use with prudence - 'Method of Perspiration'

Xun Cui*, Suk Chul Yoon

Department of Oriental Pharmacy, Woosuk University

Perspiration is the product of metabolism and the resin comes out through the hole of skin. And it keeps constant with heart and blood. So, it has great meaning in the clinical medicine and it is closely connected with the qi, blood, body fluid and viscera in our body. In the oriental medicine it is said that when our body is attacked with the evil qi and it locates in the surface of our body, we must induce the perspiration and it is called 'Method of Perspiration'. If we use that method we should refer the contraindication, and historical doctors stressed the need of deliberate use. However, the moderns have the misunderstandings about the perspiration. When they have alcoholic trouble and feel fatigue, they wring out the sweat. And they think that doing has good results. They even sweat off their surplus fat. But, that doing is rashly as that is an energy-consuming behavior and it shorten one's span of life because of the running dry of the resin. Therefore, we must use very carefully the 'Method of Perspiration' and not wring out the sweat rashly.

Key words : Method of Perspiration, Kidney qi

서 론

韓醫學은 人體를 有機的으로 綜合된 하나의 統一體로 把握하고 또한 自然環境에 適應하고 反應하는 등 周圍 環境과 密接한 關係 속에 존재하는 個體로 把握하여, 人體內外의 環境을 바탕으로 한 全體觀, 즉 整體觀念을 基本으로 하고 있다.

人體는 氣血津液을 基本으로 肝心脾肺腎의 五臟과 이의 表裏를 이루는 六腑가 經絡의 기능으로 밀접히 연락됨으로써 相互扶助와 相互制約의 關係를 통한 하나의 統一體로서 維持된다. 즉, 氣血津液은 人體를 構成하는 生命의 構成單位體로서 人體의 生理活動의 基礎가 된다. 이는 氣血循環 및 津液代謝에 의해 水穀의 精微가 轉化되어 生成되는 것으로, 이들의 生成, 運行, 分布는 人體의 攝納, 吸收, 變化, 運輸, 貯藏, 排泄 등을 통하여 이루어진다. 이에 氣, 血, 津液의 生成, 代謝, 機能을 살펴 氣血津液의 失調로 일어난 病理變化로 溫病學說에서 衛氣營血의 病情을 구분하는 방법이 되었으며 동시에 疾病輕重의 程度를 判別하는 辨

證論治의 根據로 삼기도 했다. 이처럼 氣, 血, 津液은 韓醫學의 生理觀의 基礎로 중요시되고 있다.

그 중 津液은 人體內的 正常的인 水液의 總稱으로 血液內에 存在하여 血液組織의 成分이 되고, 血液外에서는 組織間에 分布하여 全身을 濡潤하며 濡養하고 滑利케 하는 作用을 한다. 津液은 腎에서 主하고 五臟에서 分化하는데 肝에서는 淚로 되고, 心에서는 汗이 되며, 脾에서는 涎으로 되고, 肺에서는 涕가 되고, 腎에서는 唾가 된다.

汗은 人身의 津液이 化한 것으로 臨床상 意義가 가장 크며 人體內的 氣血津液 및 臟腑機能과 關係가 密接하다. 汗은 脾胃의 運化, 吸收機能에 의해 生成되는 水穀精微가 肺로 上輸되어 肺의 清氣와 合하여 肺氣의 宣發作用에 의해 津液이 變化된 것에 基源하며 肌膚와 皮毛를 潤澤하게 한다. 汗의 生成代謝過程中에 腎의 作用이 가장 중요하여 各 臟器의 機能은 모두 腎氣의 溫煦, 推動作用을 必要로 하고 基礎로 하여 이루어진다.

臨床應用上 汗은 중요한 指標가 되고 歷代 醫家들이 汗法에 대해 비교적 많이 論하였으며 治療시에도 汗에 대한 변화여부를 매우 중시하였다. 社會에 普遍的으로 蔓延한 思想 중에 “浴汗法”이라 하여 사우나나 麥礬石같은 種類의 方法들을 사용하여 汗法

* 교신저자 : 최 훈, 전북 완주군 삼례읍 후정리 490 우석대학교 약화대학

· E-mail : cuixunws@hotmail.com, · Tel : 063-290-1579

· 접수 : 2005/05/26 · 수정 : 2005/06/27 · 채택 : 2005/07/30

을 應用한 여러 效果를 얻으려 함이 보인다. 그러나 汗法에도 역시 禁忌症이 있다. 歷代 醫家들의 文獻에도 이를 강조하고 汗法을 慎重히 使用함을 強調하나 그에 대한 文章이 적으므로 이에 대해 力量이 不足함에도 불구하고 汗法의 見解를 밝힘으로 醫家들의 汗法을 사용함에 올바른이 있음을 指摘하고자한다.

본 론

1. 한

1) 한의 개념

脾胃에서 吸收한 水穀精微가 運化作用을 통해 肺에 到達하고 肺에서 吸入한 清氣와 서로 合하여 肺의 宣發作用에 의해 心에서 赤色の 物質로 變化한 것이 血液이다. 이 血液이 脈外로 滲入한 것을 津液이라 하고 이는 肌膚와 皮毛를 濕潤, 潤澤하게 하는 作用을 한다. 이러한 新陳代謝의 結果 중 生진 老廢物이 體外로 排出되는데 이를 汗이라 한다.

『內經』에서 “腎主五液, 入心爲汗”이라 말하고, 또 “汗者, 心之液”이라 하였다. 이를 볼 때 汗은 五液 中의 하나로 心의 液이라 할 수 있다. 『質疑錄』에서 말하길 “사람의 몸에는 涕, 淚, 涎, 唾, 便, 尿가 있는데 이것은 모두 腎水가 化한 것으로 九竅에서 發한다. 그러므로 코에서 흐르는 것이 涕이고, 눈에서 흐르는 것이 淚이며, 입가에서 흐르는 것을 唾, 涎이라 말하며, 二陰에서 나오는 것이 便, 尿이며 皮毛에서 흐르는 것을 汗이라 한다.”고 하였다.

『素問·陰陽應象大論』에서는 “대개 汗은 陰精을 재료로 하여 陽氣의 鼓舞作用으로 蒸發하여 生成된다.”고 하였다. 그리고 『素問·陰陽別論』에서 말하길 “血은 心에서 생기고, 脾에서 統攝하며, 肝에서 藏한다. 그 根源은 水穀의 精氣에서 나오며 中焦에서 받아 變化하여 五臟에서 調和되어 六腑에서 나누어 주어 身을 奉養하고 生하게 한다.”고 하였다.

또한 『中國中醫基礎理論第6版教材』에서 汗의 개념에 대해 “肺氣의 宣發作用을 통해 津液이 輸布되어 體表의 皮毛에 到達하여 陽氣가 蒸騰하여 汗液을 形成하여 毛孔을 통해 體外로 排出한다.” 라고 정의하였다. 이상의 내용을 綜合해서 汗의 概念을 이해하면 水穀精微가 脾의 運化轉輸 作用을 통해 肺에 到達하고 肺의 宣發, 輸布作用을 통해 다시 心에서 變化하여 赤色の 物質이 된 즉 血이라 한다. 그리고 이것이 三焦의 通路를 通過하여 全身의 各處에 輸布되어 다시 血脈에서 脈外로 흘러 들어가 조성된 것이 津液이며, 體表의 皮毛에 到達하여 腎의 氣化作用을 통해 肌表와 腠理를 潤澤하게 하여, 肌膚를 濕潤하게 하고 彈力있게 하여 燥하지도 또한 潮濕하지도 않을 정도로 濕潤하게 한다. 그 新陳代謝의 產物로 생진 것, 즉 老廢物을 汗孔을 통해 排出시킨다. 이것을 말하여 汗이라 한다.

體內的 衛陽의 氣를 받아 調節되는 汗孔의 併合(固澀作用)으로 인해 體表皮毛에서 蒸騰, 氣化作用이 일어나게 된다. 正常範圍內的 汗出은 體內的 偏盛된 陽氣를 泄하는 것인데, 이 때 소모된 津液은 水穀精微에 의해 지속적으로 補充된다. 따라서 人體 陰陽의 調節作用으로 肺氣가 宣發되고 通하여 人體의 肌

表機能을 調節하여 皮毛를 潤澤하게하고 皮膚를 營養하는 作用을 하는 것이다. 汗이 비록 人體의 津液에서 化하나 氣血關係와 密接하며 비록 陰精을 材料로 하지만 臟腑機能活動을 통해 形成되므로 汗의 概念은 氣血關係 및 臟腑機能活動과 매우 密接하다고 할 수 있다.

2) 한의 내원

汗의 來源을 研究해 보건데 東方傳統醫學理論에서 根源을 重視하여 다음의 여러 解釋들이 있으나 서로 矛盾된 점이 없지는 않으나 實質상 內在된 뜻에는 相關關係가 있으므로 考察해 보고자 한다.

첫째, 『景岳全書』에서는 “由津液所化”라 하여 汗의 前身은 津液으로 보고 汗은 津液에서 化한 것으로 여겼다. 즉 津液이 陽氣의 鼓舞作用으로 化하여 汗이 됨을 의미한다.

둘째, “汗由血液, 本乎陰也”라 하여 體內水液이 分布됨에 脈管의 境界가 있어 脈中에 흘러 血이 되고 脈外에 있어 津液이 된다 하였다. 血液이 脈外로 흘러 다시 變化한 것이 津液이 되고 津液이 孫絡에 흘러 들어가 變化하여 붉은 物質이 된 것을 일컬어 血이라 한다. 즉 津液과 血液은 서로 資生한다. 또 肌腠의 境界가 있어 脈外를 循行하면 肌腠內에 있으므로 津液이 되고 肌腠에서 外泄하면 즉 汗이 된다. 그러므로 “在內爲血, 在外爲汗”이라 한다.

셋째, “汗爲心液”의 理論이 있다. 東方傳統醫學의 臟象學說에서 주요한 特點으로 強調하는 것은 五臟을 中心으로 한 系統 整體關이다. 心系統을 包括하여 말하면 小腸과 表裏關係를 이루고 血脈을 主하고 그 華는 面에 있고 舌에 開竅하며 汗을 主하고 情志는 喜이다.

生理想 “心生血”, “心主血脈”하고 “汗由血液, 本乎陰也”라 하였다. 그러므로 “汗은 心의 液”이라 하고 결국 汗을 主함은 心이 관할한다. 臨床上 汗出하면 心悸, 夜寐不安, 失眠, 健忘, 多夢 등의 症狀이 나타나는 것과 무관하지 않다.

넷째, “血汗同源”의 理論이 있다. 中焦에서 脾胃의 運化作用을 통해 水穀精氣를 생성하여 氣血津液의 根源을 形成하고 이는 곧 後天之氣로서 “津血同源”이라 하고 또 脾胃에서 水穀精氣를 運化하고 “心主血液”하고 “汗爲心液”이므로 “血汗同源”이라 稱한다. 그러므로 傷寒論에서 말하길 “衄家, 不可發汗”, “亡血家, 不可發汗”이라 하였다. 이는 鼻出血이 잦은 자는 이미 陰血이 損傷된 상황이므로 汗과 血은 同源이기 때문에 發汗시키면 損傷된 陰血을 더욱 損乏시키는 結果가 되므로 平素 衄血이 있는 자는 가령 表證이 있더라도 發汗시킬 수 없다는 것이고 어떠한 原因에 의해 생진 失血이라 하더라도 亡血病變이 있으면 모두 發汗은 禁忌해야 한다는 것을 알 수 있다. 즉 陰血의 損傷됨을 고려치 않고 表證治療에 치우쳐 다시 發汗을 強行하면 심한 虛症을 誘發하고 亡血은 또 氣脫의 原因이 되어 陰虛가 陽虛에까지 미칠 수 있음을 알 수 있다.

다섯째, 氣化作用으로 설명할 수 있다. 『素問·陰陽別論』에서 “陽加于陰, 謂之汗”이라 하고 『溫病條辨』에서는 進一步하여 “汗也者, 和陽氣, 陰精蒸化而出者也”라 말하고 있다. 이 이론에서 陽氣란 衛氣(陽氣)의 蒸騰, 苦澀作用을 包括하는 同時에 腎

氣의 氣化作用을 가리키고 있다. 體內的 臟腑, 器官, 組織, 氣血津液과 衛氣作用을 포함한 모든 機能活動은 腎氣의 溫煦, 推動, 濡潤, 滋養作用이 없이는 不可能하므로 腎精氣는 生命活動의 根本이고 原動力이 된다. 더 나아가 五臟의 陰은 腎의 眞陰의 滋養, 濡潤에 의하고 五臟의 陽 역시 腎의 眞陽의 溫煦, 推動에 의하며, 氣血津液의 化生 그 根本 역시 腎氣의 氣化作用의 結果이다. 그러므로 病理上 陰血津液의 虧耗는 즉, 臟腑機能에 負擔이 加重되어 더욱 腎精氣가 消耗되어 壽命이 다함에 이르게 된다. 그리고 汗出은 直接的으로 體內的 陰血津液을 消耗시키고 間接的으로 臟腑機能 活動에 負擔을 주게 된다. 그러므로 長期間이나 과다히 汗出하면 津液이 脫盡하여 血液이 虧耗되고 氣가 津液을 따라 밖으로 泄하고 또, 臟腑機能 活動을 衰退시켜 심하면 壽命을 損傷시킨다.

3) Sweating

體內 熱負荷量이 熱損失보다 커질 때 人體는 皮膚血管을 擴張시켜 末梢組織의 熱傳導도를 높인다. 그러나 이것으로 體熱平衡을 유지할 수 없을 때는 땀을 分泌하여 蒸發시킴으로써 熱損失을 促進한다. 이처럼 땀의 증발을 통해 체온을 조절하는 것을 sudomotor regulation이라 한다.

사람의 皮膚에는 약 250만개의 汗腺이 있고 이곳에 교감신경이 분포되어 땀 분비를 조절한다. 땀은 한선에서 혈장성분이 여과된 후 Na⁺과 기타용질들이 재흡수되어 형성된 저장성 용액으로 주성분은 NaCl이며 K⁺, lactate, urea, ammonia, amino acid 등이 포함되어 있다. 땀의 분비는 환경온도가 높아질 때뿐만 아니라 운동시에도 가장 중요한 체온조절기전이 된다.

한편, 多量의 發汗에 의한 체내 水分損失은 血液의 濃縮을 深化시켜 人體의 循環 및 體溫調節 負擔을 加重시킬 수 있다. 즉, 血液의 損失에 의해 皮膚로의 體溫調節性 血流과 作業筋으로의 활동을 위한 血流에 대한 人體의 水分여유력은 더욱 不足하게 된다. 이러한 경우 活動筋 血流減少로 인한 筋疲勞 現狀이 나타나거나 皮膚血流의 減少로 인한 體溫의 過度한 上昇이라는 점에 직면하게 된다.

體重의 3%에 달하는 發汗에 의해 血장량은 6~7% 정도 損失되며, 그 결과 持久力과 熱耐性이 減退되며, 열환경에서 1시간 이상의 운동 후 最大산소섭취량이 3~8% 減少하는 現狀이 일반적으로 알려져 있다.

發汗을 통한 水分의 損失은 대부분 간질액으로부터 비롯되는 것이지만 계속적인 운동은 결국 血장량의 減少를 초래한다. 그것은 간질액의 水分減少로 삼투질의 농도가 증가함으로 血관 내에서 간질액쪽으로 血장의 이동이 일어나기 때문이다. 血장량의 감소는 결국 活動筋으로의 血流增大와 함께 體溫調節을 위해 필요한 皮膚血流 增大要求에 대한 負擔을 가중시키며 1회박출량과 심박출량, 血압을 감소시키는 원인이 된다. 그러므로 脫水로 인해 血液量이 減少될 때 여러 위험한 현상이 일어날 가능성이 더욱 커진다.

땀으로 나온 것은 水分補充의 형태로 되돌릴 필요가 있다. 發汗으로 水分을 상실한 경우 水分을 보충하므로써 땀으로 손실된 量의 水分을 만드는데 이용된다.

2. 한법

1) 한법의 의의와 작용

汗法이란, 곧 解表法으로 發汗으로 腠理를 開泄하여 病邪를 體外로 驅除하여 表證을 除去하는 治法이다. 外邪가 人體에 侵犯할 때 대개 皮毛로부터 안으로 裏入하므로 邪가 皮毛肌에 남아 아직 裏入하지 않았을 때 汗法을 써서 邪從汗解시켜야 한다. 이는 “其在皮者, 汗而發之”의 意味이며 體表面의 外邪 또는 體內的 熱을 發汗에 의해 散하는 方法이다.

人體의 發汗作用은 腠理와 關係가 있으며 腠理의 開閉는 肺氣에 의해 調節된다. 따라서 汗法의 主된 作用은 肺氣를 宣發하고 腠理를 開發함으로서 氣血을 疏通시켜 營衛를 調和시킴을 말한다.

2) 한법의 임상운동

『黃帝內經』에서 汗法의 運用과 基礎가 이미 確立되어 그 臨床應用에서 말하기를 皮膚에 邪氣가 있으면 汗으로 發散한다고 하였다. 이후에 『神農本草』에도 傷寒의 病에 대해 出汗의 方法으로 發表하는 것이 記載되어 있다.

『傷寒論』에서 汗法의 運用이 크게 발전되었는데 太陽傷寒病에서 汗法을 強調하여 단지 “汗之”라는 것은 자연히 땀이 나는 것을 얻음을 말한다. 즉, 主要作用은 衛氣를 疏通시키고, 腠理를 開發시켜 病邪를 바깥으로 몰아냄에 땀이 흐름으로써 알 수 있다. 가령 太陽風寒이 表에 있으면 藥을 服用한 후 다시 微汗을 내게 하므로써 營衛를 調和시키고 혹 溫을 다시 取하여 微汗시켜 營衛의 汗을 發한다.

“汗出, 停後服”이라 하여 汗証이 있을 때는 마땅히 警戒하며 汗이 過多하면 안됨을 말하였다. “不可令如水流漓, 病必不除”라 하여 몸 전체에서 약간의 汗을 흘리는 것이 좋고 물이 흐르듯이 過度하게 汗出시키는 것을 禁忌시 하였다. “汗出多者, 溫粉補之” 각 方劑에 藥을 服用 後에 따뜻한 葛根 燄을 服用하여 藥力을 도울 수 있다고 하였는데 이는 體內에 不足해질 수 있는 津液을 補充하고 營衛之氣를 強化하여 外邪에 대해 抵抗力을 增加시키는 것이다.

氣가 體內에 充實하면 不斷히 汗을 形成하여 邪氣가 停留하지 못하고 將來에 邪氣가 다시 들어오지 못한다. 이것은 微汗을 出하는 것을 原則으로 여기는 것이고 이것은 仲景이 汗法의 重要한 內容으로 삼은 것이다. 이 理論은 內經의 補陰思想에서 淵源한 것으로 仲景은 津液이 存在함으로 胃氣를 保存하는 것을 一貫된 學術思想으로 여기고 正과 邪 모두 살피는 整體觀的 治療法으로 여겼다. 發汗解表를 太陽表証을 治療하는 正法으로 하고 氣를 體內에 充實하게 하려면 汗源을 資生해야 한다는 것을 汗法의 原則으로 여긴다. 汗法을 사용함에 不當함이 있으면 『金匱要略』에서 強調하길 太陽病에서 過度하게 汗을 내어 疾病을 惹起하면 心煩, 口渴이 일어나고 도리어 다시 發汗하면 肺痿에 이르고 汗法을 誤治하면 黃疸, 心悸, 反胃 등을 일으킨다고 하였다.

清代에 이르러 “汗者, 散法也”라하고 傷寒論이 크게 發展하면서 동시에 『溫病學』이 形成, 發展하였다. 溫熱病에 發汗은 可能하지 않음을 強調하였는데 吳鞠通의 『溫病條辨』에서 “始終

以救陰精爲主”라 하였고 내용 중에 “解表”, “發汗”의 理論은 존재하지 않는다.

또한 “溫病에는 汗을 禁한다. 汗法을 쓰면 病을 낫거나 풀지 못하고 도리어 반대로 다른 病이 생긴다.”고 하였다. 溫病으로 인한 病毒을 말하면서 “汗은 心의 液으로 心陽이 傷함을 받으면 필히 神明內亂, 譫語癡狂, 內閉外脫이 나타난다.”고 하며, 또 『溫疫論』에서 溫熱病에 대해 提示하길 陰을 救하고자 할 때 血에 있지 않고 津과 汗에 있다고 말하였다.

後世에 認識하기를 陰이 마르는 것을 救하고자 한다면 반드시 津液과 汗을 保護해야 한다고 하였다. 溫熱의 陽邪는 轉變이 迅速하고 또 氣血을 鼓動시켜 津液을 消滅시키고 灼傷시킨다. 그러므로 傷陰은 溫病의 基本病理變化의 하나로서 溫病을 治療時에 필히 津液을 保護하여야 한다고 적고 있다. 더욱이 溫病後期에 陰을 傷함이 많이 보이므로 陰液耗損程度의 輕重과 豫後는 密接한 關係가 있다. 所謂 “存得一分津液, 便有一分生機”라 하여 津液을 중히 여겼음을 알 수 있다.

葉天士는 溫病初期의 衛分證에 대해 “在衛汗之可也”의 治療原則을 提示하였다. 衛分溫病의 病機를 보면, 衛分證은 대개 外感熱病이 처음 일어날 때 證候이며, 衛分이라는 것은 肌肉을 溫煦하며 腠理를 實하게 하며 肺氣의 宣發作用에 영향을 받는다. 溫邪가 침범하면 肺가 제일 먼저 侵犯을 당하여 熱이 肺衛에 鬱結되어 肺가 宣發, 肅降作用을 失調하여 衛氣가 正常的 分布를 얻지 못하면 結果적으로 肺氣가 肅降機能을 失調하여 衛氣가 固澀作用을 잃고 發熱하며 微惡風寒하고 땀이 나지 않거나 땀은 나지만 不暢하고, 咳嗽, 咽紅, 口微渴, 脈浮數, 舌邊紅 苔薄白한다. 그 治療는 火가 鬱滯된 것을 宣發하고 辛涼清解의 方法을 사용하여 “氣가 鬱閉된 것을 通하게 하고, 陰陽을 調和시킨다.”라 하였는데 그 意味는 汗法을 強하게 使用함에 있는 것이 아니고 清解透邪에 있다. 溫病에 있어서의 發汗의 意味는 主義하여야 하는데 風寒의 邪氣에 侵犯된 傷寒과 달리 溫病의 邪氣는 陽邪인 溫邪이기 때문이다.

따라서 초기에 陽邪가 肺痿에 鬱塞하며 津液도 損傷된다. 여기에 辛溫發汗法을 써서 크게 發汗시키면 반드시 傷津을 促進시켜 陰分을 損傷하여 病이 危重해 질 수 있으므로 榮衛氣血이 調和되어 津液이 輸布되어 자연히 微汗이 나오게 되어 解表함을 爲主로 하여야 한다. 즉 辛涼劑를 사용하여 땀을 내는 동시에 宣發, 通暢함을 爲主로 함을 말한다.

마땅히 지금 汗法에 대해 論하자면, 普遍的으로 그 本質은 疾病을 治療하는 手段으로서 人體의 調節機能을 增強시키는 것으로, 人體의 衛氣의 機能을 激發시켜 正氣를 돕고 邪氣를 몰아내며 人體의 本身을 增強시켜 自我의 調節機能을 向上시켜 疾病을 治療하고자 하는 目的에 到達케 한다.

결 론

本論에서 汗의 概念과 來源, 生成記傳을 살펴보고 汗法의 概念과 歷代 東洋醫學에서의 臨床應用上의 發展 등을 살펴보았다. 이를 基礎로 汗法을 應用할때의 主義점을 살펴보면 汗法은 發汗에 의해 精氣를 損傷하기 쉽다. 그러므로 陰虛體質인 者에 대해서 慎重히 써야 한다. 또한 血과 汗은 同源이므로 出血患者에게도 쓰지 않아야 한다.

表寒實證인 경우에도 물 흐르는 듯한 發汗은 津液과 精氣를 消耗하므로 服用後에 全身에 약간 땀을 흘리는 정도가 좋다. 적당한 發汗이 되면 그 藥은 중지하여야 한다. 前述한 내용중에 社會에 비교적 普遍화된 “浴汗法” 즉 汗法을 應用하여 사우나, 麥礬石등으로 한증탕에 들어가 땀을 흘리는 사람이 많음을 볼 수 있다고 하였다. 또한 술을 마신 후에 땀을 發散시켜 酒毒을 풀고, 땀을 내어 疲勞를 除去하며, 땀을 내어 退行性關節痛의 痛症을 緩解시키고, 體重을 減할 目的으로 땀을 빼서 肥滿治療에 應用하는 등 여러 방법으로 汗法을 쓰고 효과가 있다고 한다.

이는 모두 津液을 消耗시키는 것으로 결국에는 人體에 해를 끼치게 된다. 辨證論治의 原則規律에 따라 應當 體內津液을 아끼고 臟腑機能 活動이 減少되지 않도록 하여 壽命을 短縮시키는 일이 없도록 해야 한다. 이것이 傳統醫學에서 重視하는 것이다. 그러므로 平素 汗法을 사용할 때 마땅히 慎重히 使用하여 “發汗”으로서가 아닌 “汗法”을 사용하여야 한다.

감사의 글

이 논문은 2005년도 又石대학교 교내학술연구비 지원에 의해 수행되었으며 이에 감사드립니다.

참고문헌

1. 金完熙, 韓醫學原論, 成輔社, 서울, 1999.
2. 柳道坤, 東醫生理學講義, 圓光大學校出版部, 익산, 1999.
3. 東醫寶鑑國譯委員會譯, 東醫寶鑑, 法仁文化社, 서울, 1999.
4. 傷寒論研究會, 傷寒論講義, 鼎談, 서울, 1997.
5. 崔三燮, 朴贊國, 溫病學, 成輔社, 서울, 1989.
6. 姜斗熙, 生理學, 新光出版社, 서울, 1992.
7. 성효경, 김기환, 生理學, 의학문화사, 서울, 1997.
8. 金星洙, 鄭一圭, 運動生理學, 大康, 서울, 1995.
9. 김대권, 運動生理學, 保景文化社, 서울, 1999.
10. 皇帝內經
11. 張介賓, 景岳全書