

# 아로마를 활용한 유형별 두피관리

한국모발협회 이사장  
원 중 식

## 1. 모발의 분석

인체에는 항상성(恒常性)이라는 것이 있어 가능한 한 정상치를 유지하려는 힘이 작용 하고 있다. 즉 항상성에 의해 신체가 필요로 하는 성분을 정상치로 끌어올리려 하는 것이다. 그러나 모발에는 그런 기대를 가질 수 없다.

모발 분석은 지난 수개월 동안의 음식이나 심리 등 생활환경의 반영의 축적으로써 그 사람의 과거를 확실하게 보여 준다. 모발 분석을 할 때 검사 재료로는 약간의 모발만 있으면 된다. 이것을 미국의 미네라 라보 연구소로 보내게 되면 각종의 미네랄 원소부터 유독금속(有毒金屬)의 수치에 이르기까지 모든 것이 선명하게 나타남과 더불어 이 수치에 따른 자세한 해설도 덧붙여진다.

### 1) 모발 분석의 특징

- ① 모발은 생물학적으로 안정이 되어있는 만큼 취급하기가 용이할뿐더러 편리하다.
- ② 모발은 신체 내부에 들어가지 않고도 얻을 수 있어 통증이나 정신적 고통을 동반하지 않는다.
- ③ 모발은 소변이나 타액, 혈액처럼 성분 자체가 변화될 염려가 없다.
- ④ 현재까지의 각종 미네랄 원소부터 유독 금속의 수치까지 알아낼 수 있다.
- ⑤ 병원에서 이루어지는 각종 검사(소변, 타액, 혈액 등)에 비해 용이할뿐더러 측정결과 또한 정확하게 알아낼 수 있다.
- ⑥ 전신의 기능과 더불어서 일정 기간에 걸치는 물질 교대의 관계를 보여 주고 있다.
- ⑦ 전신의 건강 상태를 나타내주는 일종의 캡슐이라고 생각되어 특별한 기관이나 조직이 아니다.
- ⑧ 샴푸나 헤어스프레이, 염색제 등과 그 밖의 오염물이 얼마나 남아 있는가에 대해서도 정확하게 측정해 낼 수 있다.

### 2) 모발의 분석의 유의사항

모발 분석은 건상 상태를 체크하고 앞으로의 대책을 세우는데 있어서는 커다란 도움이 된다. 그러나 이것만으로 전신의 건강이 안전지대에 있다고 확신해서는 안 된다.

- ① 모발 분석은 모든 것을 해결해 주는 만능약이 될 수 없다.
- ② 모발의 색깔, 정발술(整髮術)에 의한 변동이 따른다.
- ③ 약품으로 모발을 세정한 뒤 분석하게 되는데, 이때 모발을 세정한 약품에 의해 필요한 미네랄이 흘러 버리거나 또는 약품에 의한 변질 가능성도 있다.
- ④ 모발 내 각 원소의 존재 상태에 차이가 날 수 있다.
- ⑤ 환경오염의 영향을 받았을 수 있다.
- ⑥ 모발 속에 있는 원소와 다른 조직 내에 있는 원소와의 양적 관계에 의한 변동이 따를 수 있다.
- ⑦ 모발을 채취 하는 부위에 따라 결과가 달리 나올 수 있다.
- ⑧ 건강 상태를 예측하는데 응용할 수 있을 것인가.

이상의 것은 어느 모발 연구회에서 모발 분석의 유의사항으로 제시한 것이다.

### 3) 모발 분석의 결과 나타난 현상

① 범죄자의 모발에는 납 함유량이 많이 검출되었다.

미국의 통계를 인용해 보면 공통적으로 흉악 범죄자의 모발에는 납 함유량이 많았다고 한다. 이처럼 육체는 물론이고 정신적으로도 악영향을 미쳐 흉악 범죄자로 만들었다면 진정 벌을 받아야 할 것은 사람이 아닌 모발에 납을 많이 흡수하게끔 한 식이요법이나 생활환경에 있다고 한다.

② 성적이 좋은 학생의 모발에는 아연과 구리가 많이 검출되었다.

미국에서는 조사한 결과에 따르면 성적이 좋은 학생들의 모발에서는 납과 카드뮴은 적고, 아연과 구리가 많다는 공통점을 지니고 있다고 한다. 또한 일반인 가운데서도 지능이 낮으면 요오드치가 낮고, 원기가 부족하거나 자폐증인 어린이에게도 요오드와 아연, 구리가 모발에서 적게 검출되었다고 한다.

③ 장수 마을 에과도르 사람들의 모발에는 납, 수은과 같은 유독 금속이 훨씬 적게 검출되었다. 장수 마을인 에과도르 산 속에 있는 빌카반이라는 곳의 노인 50명의 모발을 분석한 결과 이들 모발에 공통적으로 나타난 점은 필수 미네랄은 모두 정상치를 보이고 유독 금속인 납, 수은, 카드뮴, 비소는 극히 적었다고 한다. 이곳에 살고 있는 노인들은 100세가 되어서도 농사를 지을 수 있을 만큼 건강을 유지하고 있었다 한다. 이는 좋은 환경과 좋은 식사 내용을 유지할 수만 있다면 모두가 장수할 수 있다는 사실을 입증해 주고 있는 것이다.

한편 현대를 사는 사람들의 모발에는 공해에 의해 수은, 비소, 납, 알루미늄 등이 많이 검출되고 있다. 예를 들어 대기 오염도가 높은 곳에 사는 사람에게서는 납이 많이 검출되고 운전사나 교통순경, 도로 공단 사람 등의 모발에도 유해한 물질이 많이 검출된다. 이처럼 가정에서의 환경이나 식사도 중요하지만 사회 전체의 문제가 되는 공해에도 관심을 기울여야 할 것이다.

### 4) 모발과 셀레늄과의 관계

모발은 건강 상태에 따라 변화하기도 하며, 특히 셀레늄과 모발과의 관계는 아주 밀접하다고 할 수 있다. 셀레늄은 사람의 혈액, 조직, 저비중혈철 리보단백 속에 존재하지만 소변이나 모발을 통해서도 검출된다. 태아는 태반을 통해서, 신생아는 모유를 통해 셀레늄을 공급받지만, 초유의 약 1주일 후부터는 셀레늄이 특히 많이 포함되어 있다고 한다.

셀레늄의 중요 역할을 살펴보면 다음과 같다.

- ① 납, 수은, 카드뮴, 알루미늄 등의 유독 금속에 의한 세포막 파괴 등을 막는 작용을 한다.
- ② 암에 의한 사망률과 셀레늄 분포량이 역상관의 관계에 있음을 미루어 볼 때 암세포의 분열, 증식을 억제하고 암세포를 사멸시키는 작용도 하며 더불어 암을 예방하는데 있어서도 효과가 있는 것으로 보인다. 이는 암 환자의 혈중 농도나 모발속의 셀레늄 농도가 정상인보다 낮은 것을 보고도 알 수 있다.
- ③ 정자를 형성하는 데도 중요한 역할을 한다.
- ④ 뇌졸중이나 심장의 발작을 예방하기도 하며, 성기능을 정상적으로 성숙시킨다.
- ⑤ 세포막을 강화하여 감염원에 대한 저항력을 높인다.
- ⑥ 일반적인 오염물질에 대해 해독작용을 지닌다.
- ⑦ 관절염을 가볍게 하고 시력을 좋게 한다.
- ⑧ 피부의 탄력과 모발 상태를 부드럽게 한다.
- ⑨ 수명 연장에 기여한다.

이처럼 셀레늄은 건강 유지에 매우 중요한 역할을 담당하고 있는 것이다. 셀레늄의 중요성을 증명하기 위해 쥐를 이용하여 실험을 한 결과 셀레늄이 결핍된 쥐에게서 탈모증이 발생하는 것을 발견할 수 있었다. 이처럼 모발과 셀레늄과는 떼려야 뗄 수 없는 관계임을 알 수 있다.

건강 유지를 위해 절대적으로 필요한 미네랄이 포함된 셀레늄을 보강하기 위한 식품을 살펴보면 다음과 같다.

- ① 현미, 대맥, 호밀, 전립분, 배아미, 빵 등의 정제도가 낮은 곡류
- ② 대합, 감, 방어, 새우, 청어, 가리바 등의 어패류
- ③ 오렌지, 사과, 사과산 등의 과일류
- ④ 간, 쇠고기, 버터 등
- ⑤ 효모, 해조류
- ⑥ 위의 것들에서 뽑아낸 셀레늄 영양 보조식품

## 5) 모발 분석에 의한 백발의 원인

모발의 일부를 채취하여 고주파 유도 결합 플라즈마(ICP)를 통해 모발을 분석할 수 있다. 이것을 통해 모발에 함유되어 있는 성분을 밝혀내 그 사람의 건강 상태를 확인할 수 있는 것이다. 모발은 유해 금속을 몸 밖으로 빼내는 기능을 지니고 있다. 모발에는 칼슘, 철분, 인, 셀레늄과 같은 필수 미네랄 외에도 납, 수은, 카드뮴, 비소와 같은 유독 미네랄이 함유되어 있기 때문이다.

건강 상태가 좋다면 필수 미네랄 수치가 이상치내에 들게 되는 반면 유독 미네랄 수치는 매우 낮아지는데, 건강 상태가 좋지 않거나 유독물질을 체내에 흡수하게 되면 필수 미네랄 수치는 낮아지고 유독 미네랄 수치는 훨씬 높아지게 된다. 공해병의 하나인 미나마타병 역시 유독 미네랄이 높은 수치를 나타내는 하나의 예가 된다.

그러나 문제는 이러한 병에 걸려 있지 않더라도 대다수가 필수 미네랄이 이상치보다 낮고 유독 미네랄 수치가 높다는데 있다. 특히 칼슘의 수치가 낮고 인의 수치가 매우 높아져 있다. 이것은 바로 인을 다량으로 함유하고 있는 인스턴트식품을 많이 섭취하고 있으며, 유럽과는 다르게 토양 자체에 칼슘이 별로 없어 음료수나 농작물을 통하여 칼슘을 섭취하기 힘들다는데 그 원인 있다. 또 백발인 사람의 모발을 백발아 없는 사람과 비교 분석해보면 마그네슘, 칼슘, 구리가 매우 많고 망간, 나트륨, 크롬, 아연 등은 적다. 특히 나트륨이 매우 낮은 것이 특징으로 꼽힌다. 그만큼 심장기능이 떨어져 대사가 제대로 이루어지지 않는다는 것이 알 수 있다.

이처럼 백발의 발생 원인을 밝혀내기 위해서는 모발 분석이 매우 유효한 방법이 된다. 그러나 이 검사는 아직까지도 널리 시행되지 못하고 있는 실정이다.

## 2. 탈모에 유의한 허브

머리털이 빠지는 것은 인체 전반의 대사와 개개인의 건강과 관련이 있다. 특정 질병으로 털이 빠지는 경우도 있지만 스트레스, 영양결핍, 외부요인 등에도 영향을 받는다.

남성형 대머리는 주로 유전적 요인이 많은데, 이는 두피에 디하이드로테스토스테론(DHT)의 축적으로 일어난다는 보고가 있었다. 그리고 독소라든지 곰팡이의 감염, 지루성 피부염도 탈모를 촉진시키고 새로운 모발의 성장을 방해한다. 최근 프로페시아라는 남성형 대머리 치료제가 사용되고 있다. 이것은 피나스테라이드라는 전립선 치료제와 동일 성분인데, 장기간 복용해야 한다는 것과 부작용의 우려 때문에 사용을 기피하는 사람들이 많다. 이때 허브요법이 적절한 대안이 될 수 있다. 허브요법은 거의 부작용 없이 좋은 효과를 기대 할 수 있다.

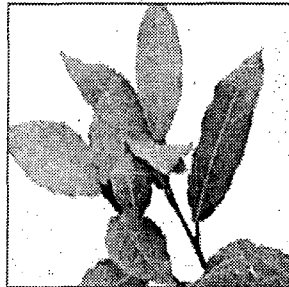
또한 허브로 하는 탈모치료는 남녀 모두에게 호르몬 밸런스와 몸의 균형을 바로잡아주면서 탈모방지 와 발모효과 및 건강 증진효과를 볼 수 있게 된다.



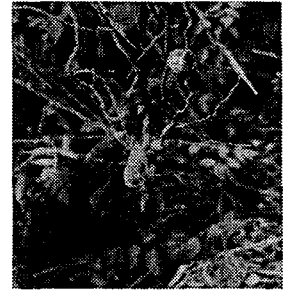
앰라 : Amla  
Phyllanthus embica



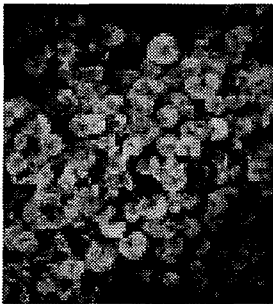
아르니카(영거시과 식물)  
Amica, Amica Montana



월계수 오일  
Bay Oil, Pementa racemosa



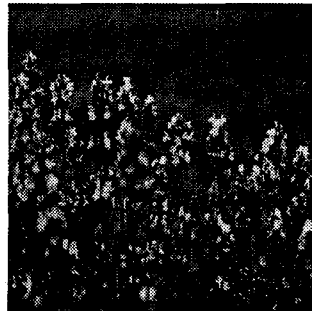
하수오 : Fo-Ti  
Polygonum multiflorum



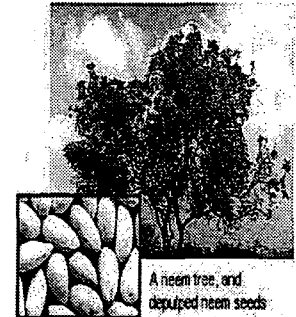
고투 콜라 :Gotu Kola  
Centella asiatica



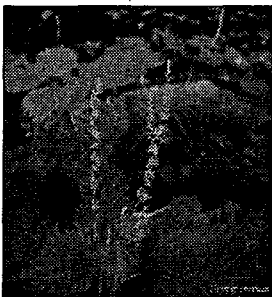
속새 : Horsetail  
Equisetum arvense



라벤더 오일 : Laender Oil  
Lavendula officinalis



넘 : Neem  
Azadirachta indica



쑤기풀 : Nettles  
Urtica Dioica



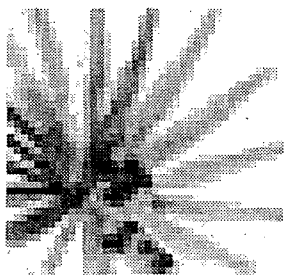
피지움 : Pygeum  
Pygeum africanum



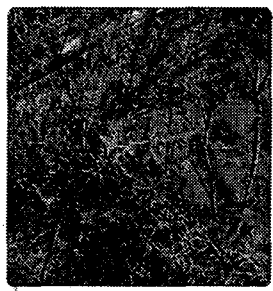
로즈메리 : Rosemary  
Rosmarinus officinalis



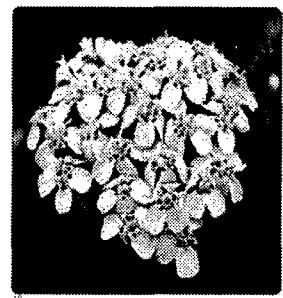
세이지 : Sage  
Salvia officinalis



소 필메토(톱야자)  
:Saw Palmetto,  
Sabal serrulata



티트리 오일 : Tea Tree Oil  
Melaleuca alternifolia



야로(서양톱풀) : Yarrow  
Achillea millefolium