

# 두충 (杜冲)

도 상 학



두충(杜冲)은 두충나무의 껍질, 엽을 사용한다.

일반적으로 우리나라와 대만에서 나는 대두충(台杜冲, *Euonymus pellucifolia* Hagata)과 일본이 원산인 화두충(和杜冲, *Euonymus japonica* Hagata), 사철나무, 원두충(元杜冲, *Eucommia ulmoides* oliver; *Eucommia* ceae 두충과)이 있는데 여기서 말하는 것은 원杜冲이다.

원두충은 중국 특산식물로서 낙엽교목이고 잎은 호생하며 타원형으로 넓은 설저, 둔저 또는 실저이며 끝은 갑자기 좁아져서 뾰족하다. 길이는 5~16cm, 넓이 2~7cm로서 가장자리에 예리한 톱니가 있다. 양면에 거의 털이 없으나, 맥상에 잔털이 있으며 엽병은 길이 1cm 내외로



두 충 (杜冲)

잔털이 있다.

꽃은 2가화이며 화피가 없다.

수꽃은 꽃대가 있고 4~10개의 수술이 있다. 암꽃도 짧은 대가 있으며 세가지의 밑부분에 달린다.

씨방은 2개의 심피가 합쳐졌으며 1개의 방은 퇴화되고 1실로 되었으며 끝이 두

개로 갈라져서 암술머리로 된다.

열매는 편평한 긴타원형이며 날개가 있고 날개와 더불어 대를 제외한 길이 3cm, 중앙의 넓이는 1cm이며 대의 길이는 6mm내외이다. 열매를 자르면 고무 같은 점질의 실이 나온다.

두충은 우리나라 각처에서 재배하고 있으나 주로 경기도, 충북, 경북, 전남·북등지에서 많이 재배하고 있다.

토질은 깊고 배수가 잘되는 사질양토가 양호하며 평지, 경사지, 천박토등 별로 가리지 않는다. 사토(砂土)와 황토(黃土)는 좋지 않다.

과충은 가을에 선별된 충실한 종자를 저장할때 지면에서 약 30cm밑에 상자를 넣고 상자밑에 베게잔 철망을 부착시키고 모래를 평평하게 깔고 종자를 겹치지 않게놓고 모래를 뿌려 종자가 보이지 않도록 충충히 저장한다. 해동이 되면 저장하였던 종자를 모래상자에서 선별하여 우스프론 1000배액에 약 30분간 침하였다가 과충한다.

과충은 3월 중순에 비닐냉상 혹은 3월하순 ~ 4월 초순에 노지 과충한다.

묘상은 기비로 부숙, 계분, 깻묵, 퇴비등을 주로 살충제로 뿌려 충충히 갈아서 정지작업을 하여 10일이상 둔다.

상면이 굳어지면 다시 고른다음 약 3cm 깊이에 15cm간격으로 줄사이는 20cm로 점파한 후 복토하고 살충제를 상면에 살포해 주고 보습을 위하여 짚을 덮어준다.

점파할때 씨앗이 발아상태에 있으면 상하를 구별하고 발아되지 않았으면 구별하지 않고 점파한다.

발아하는대로 덮었던 짚을 걷어주는데 늦지 않도록 주의하여야 한다.

또 상해의 방지를 위하여 묘상 양쪽에 말뚝을 박고 철사 또는 새끼줄을 매어 그 위에 발이나 비닐같은것을 덮어서 서리를 맞는것을 방지한다.

발아하면 1주간격으로 다이센 M45나 우수푸론등의 1000배액으로 약제살포를 하여준다.

살충제 사용시는 설명서를 정독하지 않으면 藥害로 인한 약의 과실로 묘가 죽는다.

가식은 1년생묘 (30cm정도)를 지단은 2/3정도로 잘라서 주간거리를 40cm×40cm로 가식한다. 발육이 불량하거나 수형(樹形)이 불량한 묘는 지상 5cm×10cm 정도 남기고 절단하여 주면 성장이 촉진되어 주간발육이 왕성해진다.

정식은 발이용에 있어서는 가을에 두충묘를 심고 간작을 할 수 있으므로 밭 300평에 두엄 1200kg, 인분 400kg, 석회 50kg를 고루 시비하고 깊이 갈아 놓는다. 해동이 되면 흙덩어리를 깨어서 고른후 초목회 200kg, 복합비료 50kg, 토양살균 살충제를 고루 뿌리고 깊이 갈아서 정지작업을 한다.

2주일이 경과하면 직경 5cm, 깊이 50cm의 구덩이를 3평에 하나씩 파고 토양소독하고 부숙된 두엄과 인분 2kg, 금비는 질소 3, 인산3, 칼리 1의 비율로 200g을 혼합하여 20cm정도 넣고 흙도 20cm정도 넣은 다음 물 6ℓ 정도를 부어서 2주일 이상 방치하였다가 다시 진압해 주고 이 위에 묘목을 바로 세워 흙을 약간 놓고 뿌리가 구부러지던가 지상으

로 뻗지 않게 펼쳐서 사이사이 흙이 고르게 가게 한 다음 흙을 더 넣고 손으로 꼭 진압해 주고 묘목이 비·바람에 흔들리지 않게 복토하여주고 묘식 주위를 가볍게 밟아준다.

묘목심기가 끝나면 묘를 중심으로 사방 60cm 정도 벗겨를 불에 볶아서 췌타를 섞어 5cm 정도 깔아주고 짚을 덮어주고 말뚝 양쪽에다 새끼줄을 메어서 묘목 사방에 박아서 짚이 바람에 날리지 않게 해 준다.

묘목이 자람에 따라 적당한 간작을 한다.

12년이 되면 주당 3kg 이상 수확된다.

수피를 벗기는 방법은 시세전망을 보아가면서 채종용은 남겨두고 12년 이상 나무를 물이 왕성하게 울랐을 때 7월하순~8월하순경 지상 10cm 정도 남기고 톱으로 자른다.

성분은 guffapercha, 2% - friterpenoid 회분 2.5%, pinosresinol - di-β-D - glucoside 등을 함유하며 잎에는 loganin 과 유사한 물질의 존재가 예측되나 확인되지 않았고 alkaloid 의 존재가 보고 되고 있다.

여러 연구에 의해서 抗高血壓作用 이 있음이 판명되었다.

두충 잎에는 차엽과 성분상으로 비슷한 점이 매우 많다.

식물의 잎을 차로 사용할때 더운물에 우려나오는 가용성분이 제일 중요한데 우리가 마시는 것은 바로 이것이다.

이 성분의 빛깔, 향기, 맛, 유효성분이 함유된다.

녹차 차엽의 가용성 성분이 21% 가량

인데 두충잎에는 32% 나 들어있고 떫은 맛을 주는 탄닌도 1.5% 나 들어있다.

총 비타민 C는 63mg%, 환원성 비타민 C는 20mg%로 차엽보다 훨씬 더 많다.

따라서 두충잎을 음용하게되면 녹차보다 비타민 C의 효과를 더 기대할 수 있다.

이것을 오래 복용하면 간과 담낭의 기능을 활발하게 해 주고 팔과 다리의 무력감을 없애주고 몸이 가벼워지며 정력이 좋아져 늙지 않는다고 대관본초에 기재되어 있다.

두충은 사충(思仲), 사선(思仙), 면화(棉花), 옥사피(玉絲皮), 당두충(唐杜仲) 등 이명이 있다.

두충을 먹고 도(道)를 얻었기 때문에 사선(思仙)이라 했고 껍질에서 하얀실이 나오기 때문에 목면(木棉)이라 했으며 또 옛날에는 두충이라는 사람이 허리가 아픈데 이것을 먹고 치료되었다고 하여 두충이라 이름을 부르기 시작 했다고 한다.

두충이 우리나라에 들어 온 것은 고려 문종(文宗)때의 일로 송(宋)으로 부터 수입되어 사용하기 시작했다고 한다.

두충차의 재료로 쓰는것은 원두충(元杜仲)인데 신선한 잎을 채취하여 그늘에 건조시켜서 잘 건조시킨 것을 종이 봉지에 넣어 습기없는 장소에 매달아 두고 쓰면된다.

잎이 없을 때는 껍질을 이용하면 된다.

먼저 잎이나 껍질을 약간 볶아 1인분량을 10~15g을 물 500cc에 넣고 불에 달여 하루에 2~5회로 나누어 마신

다. 또 곱게 분말로 만들어 열탕 1잔에 1~2스푼씩 타서 마셔도 좋고 설탕을 쓰지 않고 꿀을 1스푼씩 타서 마셔도 된다.

두충차는 옛날부터 민간적으로 강정, 강장의 차로 유명하며 요통, 관절통, 신경통, 고혈압, 부인병등에 효과가 있으며 병후 회복에도 좋다고 하며 또 혈액순환을 촉진시키고 신장기능을 돕는다.

또 오래마시면 간과 담낭의 기능을 활발하게 하고 팔과 다리의 무력감을 없애며 몸이 경쾌하고 늙지 않는다고 한다.

신농본초경에 기재된것은 두충의 껍질은 허리병과 무릎의 통증을 다스리고 속을 보하며 정기(精氣)를 늘리고 오래 먹으면 늙지 않는다.

명의별록에 의하면 두충껍질은 다리의 산통으로 보행치 못할때 효과가 좋다고 했고 원경본초에는 두충잎은 나물로 먹는데 풍독, 각기, 풍랭, 잔치, 하혈등을 다스린다고 했다.

〈필자=동덕여대 보건소장·교수〉

## 생활과학

### ■ 커피는 빈혈에 해롭다

빈혈증인 사람에게는 코오피와 녹차 홍차 등은 주지 말아야 한다.

우리가 먹는 철분은 원래 녹아 있는 상태로 위장에서 흡수되는데 이것이 차와 커피에 들어있는 타닌(떫은맛)과 결합해서 물에 녹지 않는 타닌산철이 되어 흡수를 방해하기 때문이다.

### ■ 정신노동과 꿀

꿀은 인지질이 많아 신경을 많이 쓰는 정신노동자나 공부하는 학생에게 좋은데 수분이 많고 부드러워 상하기 쉬우므로 보관에 각별히 조심해야 한다.

### ● 욕실에 있는 거울은

욕실에 있는 거울은 대개 습기로 인한 김 때문에 흐려져있다. 이럴 때는 비누를 거울에 문지르고 마른 헝겊으로 닦아낸다. 이렇게 하면 비누의 얇은 막이 쳐지기 때문에 흐려지지 않는다.

### ● 좋은 대지를 구하는 방법

○ 땅을 사기전에 땅의 조건(건축법에 저촉여부)에 대하여 시청이나 구청에 알아본다.

○ 대지는 적어도 건평의 3배는 되어야 한다.

○ 심한 소음 먼지 연기 냄새 기계의 진동등 환경의 결점이 없는지 살핀다.

○ 상점 시장이 가까운지의 여부

○ 대지가 좀을 때는 채광을 위하여 도로는 남쪽에 있는 것이 좋다.

○ 물(우물 수도) 전기 하수도 등의 설비가 잘 되어 있는가를 살펴본다.

○ 습지가 아닌데를 택한다.

○ 높낮이가 없는 땅을 고른다.

○ 되도록이면 살 때에 확실한 측량을 하여 후일의 분쟁을 없

