

● 한의학자가 보는 닭고기

닭고기는 소화기능을 도와주는 온화한 건강식품

이 상 인
(경희대 교수, 한의학)

본 원고는 식생활개선 범국민운동 본부가 발간하고 있는 월간 식생활잡지 12월호에
서 국민의 식생활 개선을 위해 편집한 닭고기 특집 기사 중 일부 내용을 필자의 양해
를 받아 본지에 전재한다..... (편집자 註)

한의학의 분류

닭은 평과에 속한 날짐승의 한 종류로서 옛부터 가장 많이 기르는 가축의 하나이며, 원종은 인도네시아, 말레이시아 등 지역에 분포하는 야생닭이며 이를 순화시킨 것을 말한다. 머리에는 붉은 벼이 있고 눈에는 순막(瞬膜)이 있으며 날개는 짧아서 잘 날지는 못하나 다리는 매우 튼튼하다. 수탉은 털 빛이 매우 아름답고 밤중에는 매를 맞추어서 울며 암탉은 알을 낳는다.

세계적으로 닭의 품종은 많으나 대체적으로 육용(肉用), 난용(卵用), 난육용(卵肉用), 애완용, 투계용 등으로 구분하게 된다. 이와 같은 구분을 한의학의 문헌에서 보면 형태에 따라서 붉은 닭(丹鷄), 흰닭(白鷄) 누런닭(黃鷄), 검은 닭(烏鷄) 등으로 분류하여 약효와 관계를 지어 기록하고 있다.

그러나 일반적으로는 한의학에서는 병을 치료하는데 있어서 닭고기를 금기식품으로 여기는 것으로 알고 있으며 민간요법에서도 더욱 그러하다.

이런 풍습은 오랜 역사 속에서 전하여져 내려오는 관습에 지나지 않으며 한의학적인 입장에서 볼 때는 객관성이 결여된 잘못된 인식에 의

한 것이다. 그렇다면 계속의 올바른 지식을 약물학적 효능과 식이요법적인 측면에서 살펴보고자 한다.

1) 붉은 수탉고기

맛은 단맛을 갖고 있으며 성질은 온화하고 독이 없으며 「본초경」에는 여성의 자궁 출혈을 치료하고 대하를 다스린다고 하였으며 「명의별록」(名醫別錄)에는 신체의 허약한 상태를 보양하고 소화기의 기능을 도우며 지혈작용도 있어 케양성 종양이 오래도록 치유되지 않는 증을 치료하는 작용이 있다 하였으며 손사막(孫思邈; 중국 당나라의 학자·음양과 양술에 통달했다고 함)은 폐의 기능을 보하고 기침이나 해소 등을 다스린다고 하였다.

2) 흰 수탉고기

맛은 신맛과 단맛을 갖고 있으며 독이 없으며 성질은 화평(和平)하다.

「명의별록」에는 인체의 각 장기의 기능을 편안케 하며 소화기의 질병과 당뇨병을 치료한다고 하였으며, 「일화자」(日華子)에 의하면 소화기의 기능을 완성하게 하고 소변의 배출을 원활하게 한다고 하였다.

3) 누런 입탁고기

맛은 신맛과 단맛을 갖고 있으며 성질이 화평하고 독이 없다.

「명의별록」에는 소화기의 질병을 다스리며 당뇨병을 치료하며 소변을 자주 보거나 참을 수 없는 증상과 허약성으로 인한 설사를 치료하고 인체의 각 장기의 기능을 보양시켜 과로나 기력의 쇠약을 회복시킨다 하였으며 「일화자」는 양기의 부족을 도와 주고 소장울 따뜻하게 하여 과로로 인한 피로나 신체 기능의 열세를 회복시켜 전신 쇠약과 정력의 부족으로 인한 정황 및 신장의 기능쇠약을 증강하여 준다고 하며 또한 「맹세」(孟詵)는 복중(腹中)의 수중이나 차가운 느낌(冷感) 등을 치료한다고 하였다.

4) 검은 입탁고기

맛은 신맛과 단맛을 갖고 있으며 성질은 온화하고 독이 없으며 「명의별록」에는 국으로 끓여 먹으면 외감성으로 인한 신경통을 치료하고 임신부를 보양한다 하였으며 「식료본초」(食療本草)에는 식후에 상복부가 창만하거나 음식물을 소화되지 않은 상태로 토하는 것을 치료하고 복통이나 하지의 골통(骨痛) 등을 낮게 한다고 하였으며 일화자는 정신의 기능을 안정시키고 종양 등을 배농하며 오래되어 정체된 피(宿血)를 없애는 조혈작용이 있으며 산후의 산모의 허약과 수척해지는 것을 보양시킨다고 하였다.

5) 오골 닭고기

맛은 단맛을 갖고 있으며 성질은 온화하고 독이 없으며 「본초강목」에는 과로로 인한 전신의 나약함을 보하고 부인의 자궁 출혈과 대하를 치료하며 성인이나 소아의 설사를 치료하는 작용이 있어 삶아서 즙액을 먹거나 찌어서 환약으로 만들어 먹는다고 하였다.

세습적인 인식

현재 우리들의 일상생활에서 보면 질병을 치

료하는 데 있어서 통속적으로 닭고기는 인체에 유익한 식품이 되지 못하는 것으로 되어 있으며 특히 한의학에서는 풍을 생기게 하는 식품으로 인정하여 복약시 주의사항으로 환자에게 금하고 있는 실정이다.

그러나 이와 같은 실정은 이미 서술한 효능면에서 보아 질병의 치료나 인체의 보양 효과가 있어 닭고기가 풍을 생기게 하는 식품이라고만 하여 금기하는 것은 잘못된 인식이라고 생각된다.

여기에 닭고기의 올바른 인식을 위하여 한의학의 다음과 같은 이론으로 새로운 인식이 있어야 할 것으로 생각한다.

현재 우리나라의 한의학은 중국 한대의 중흥을 본 장중경(중국 후한시대의 의사)을 중심으로 한 「상한론」(급성 발열성 질환의 치료법을 상세히 기술한 책으로 장중경이 편찬)의 치료 사상을 이론에 적용시켜 발전시킨 고방(古方: 장중경의 처방)을 운용하는 경우와 금원시대(金元時代)를 중심으로 임상의학을 발전시킨 후세방(금원시대 학자들의 처방)과 우리나라 이조 말엽 이제마 선생의 사상을 근간으로 한 사상의학(사람의 체질을 성격에 따라 나누어, 같은 종류의 질병이라도 체질에 따라 다른 약을 써야 한다고 하는 주장)의 3대 치료 방법이 주로 임상에서 활용되고 있다.

서양 의학에서도 인체는 자기의 체질이 있다고 하듯이 우리 의학에서도 인체의 각 장기의 기능별의 대소로 논하여 설정한 사상의학적인 면을 고찰하여 보고자 한다.

체질로 본 닭고기

선천적으로 소화기 계통의 기능이 약하여 소화가 잘 되지 않는 체질을 소음이라고 말하며, 체질이 비대하고 소화기 계에 이상이 없으며 간장의 기능이 발달되어 있으며 호흡기계의 기능이 약한 체질을 태음인이라 한다. 이와 반대로 선천적으로 소화기계의 기능이 왕성하고 비뇨생식기의 기능을 약하게 타고난 체질을 소양인

이라고 한다.

닭고기는 태음인이나 소양인이 먹었을 때는 인체에 들어가 고혈압, 당뇨병 혹은 비만증 또는 질환이 발생되며 이러한 면이 민간에서 구전되어 있는 닭고기가 풍을 생기게 한다는 말의 근원이라 할 수 있다.

그러나 선천적으로 소화기의 기능을 약하게 타고난 소음인에게는 닭고기의 성질이 온화하고 소화기의 기능을 왕성하게 하여 주고 몸을 보하여 주어 건강을 유지시켜 주는 건강 식품이라 할 수 있다.

앞에서 말한 닭고기의 효능을 보면 주로 소화기 계통의 허약성으로 인하여 생기는 설사, 당뇨, 사지의 무력감, 복통, 근골의 통증, 복배가 찬 증상 등을 치료하며 또한 인체 기능 저하

를 보양회복시키어 양기 부족 등을 치유하는 효능이 있는 것으로 나타나기에 이는 선천적으로 소화기가 약한 소음인에게 잘 맞는 것을 알 수 있다.

다만, 외감성으로 인한 발열, 종창 또는 관절염이나 염증으로 인한 부종 등의 증상을 피하는 것이 좋다.

이상과 같이 한의학에서 닭 고기의 효능을 학술적으로 살펴본 바 소화기의 허약으로 일어나는 질병과 이로 인한 양기 부족 등을 보양시켜 이들의 질병을 치유하는 것을 알 수 있으며 이는 인체의 체질에서 선천적으로 소화기가 허약한 소음인에게 잘 맞는 건강 식품이며 비대한 체질과 선천적으로 소화기 기능이 양호한 체질 외에는 권하고 싶은 육류라 할 수 있다. *

이상적인 복합 화학요법제 /

트리 설 파

수 용 산

TRISULFA soluble powder

(주 효능)

닭 : 만성호흡기병 (CRD, CCRD)
전염성 코라이자, 뼈다리병

(주 특징)

- ◇ 높은 상승효과
- ◇ 탁월한 내약성
- ◇ 신속한 배설작용

가축의 건강을 위한 동물약품 전문메이커

성 원 화 학