韓國生藥報

本紙는 新聞倫理綱領 및 實踐要綱을 遵守합니다

發行人兼編輯人 裵東守
印刷人 金政坤
編輯局長 裵永斗

發行所
社團法人 韓國生藥協會
〈우편번호 131〉
서울특별시동대문구
제기동 1051
전화(967) 8133

(每月 初日發行)

〈協會指針〉
農民所得增大
生産輸出增大
國民保健向上

會長訓
1,最大의 봉사
1,最大의 협동
1,最大의 노력

(無料配布)

中央共販場
962—5895
967—9807
967—8133 사무실

區分 生藥·漢方藥·民間藥

藥草의 活用…新規會員을 爲하여

▲生活을 爲한 지혜로부터 생겨난 藥

藥의 生成과정은 藥草의 發見으로부터 始作되어 古代사람들의 生活中에 試驗되어 오면서 기나긴 歲月동안 경험에 의하여 그 치료법이 確立되어 온 것이다。 그것은 人體실험의 역사라고 해도 過言이 아니며 때에 따라서는 고난의 體驗을 거듭하면서 얻어진 知識의 集積이므로 더욱 尊貴한 것이다。

▲和漢藥이라 함은…

藥草 卽 藥用植物은 生植物임을 말한다。 그 藥草의 各部(全草、잎、樹皮、木部、뿌리、果實등) 의 性質을 變質하지 않도록 잘 乾燥하여 保存하고 저장해서 商品價値가 있는 의약품으로 만들어 졌을때 中國이나 우리나라에서는 漢藥이라 稱하며、 日本에서는 和藥이라고 하여、 漢藥과 和藥을 합쳐서 和漢藥이라고 부르고 있다。

▲生藥이라 함은……

天然의 藥物을 自然中에서 求하고저 한 것은 東洋에서만 存在한 것이 아니고 古來로 부터 世界各國이 共通的이였다고 본다。

西歐에서는 그 天然藥物을 科學的 方法을 使用-定한 規則에 依해 整理(分類、觀察、調査등) 한學問이 생겨나고 製藥名이 붙혀진 것이다。 日本에서는 明治13年、 日本의 漢方醫 大井玄洞이 그 名稱에 對하여 生藥學이라고 명하고 그 對象이 되는 天然藥物을 生藥이라고 부른 것이 시초라고 한다。

우리나라에서는 約 500年前 李朝 世宗때 부터 藥草栽培한 實錄이 있으나 中國에서 들어오는 藥材는 唐材라고 하여 尊貴하게 여기고 國內産은 草材라 하여 경시하는 의식이 많아 주로 野生藥草의 채집 利用에 依存하여 오다가 日帝末葉부터 그들의 의약품 자급자족 정책에 의하여 中國産과 똑같은 藥草가 自生하고 있음이 규명되므로서 이때부터 本格的인 藥草栽培 전환기가 되었다고 볼 수 있다。

中國、 日本에서의 和漢藥이나 西歐에서 硏究된 生藥이나 다같이 天然藥物을 調製한 것으로서 藥局이나 건재상에서 求하고저 할경우 널리 生藥名으로 부르고 있는 것이 通常이다。

天然의 藥物을 整備한 最古의 서적으로서는 中國의 「神農本草經」이 비교적 有名하다。

이것은 西歷前 2800年頃 「百姓에게 病치료法을 가르쳤다」고 傳해지는 神農炎帝가 남긴 경험적藥效를 西歷 452~536年頃、 「陶弘景」에 의해서 편집되어 오늘에 남겨진 것이다。

이에 의하면 365種의 天然藥物을 上藥、 中藥、 下藥의 3品으로 分類하고 있다。

즉、 上藥은 君藥(主藥)으로서 生命을 기르고 無毒으로 불로장수를 求하기 위한 藥으로서 甘草、 人參、 紫胡、 薏苡仁、 黃連、 牛黃、 麝香 등 約120種이 있으며、

中藥으로서는 臣藥(補助藥)이라고 해서 無毒한 것이 있어서 性을 보양하고 질병을 豫防하며 體力을 補強하기 위한 藥으로서 當歸、 芍藥、 桔梗、 黃芩、 川芎、 麻黃、 葛根등 120餘種이 있다。

下藥으로서는 佐使藥(局所藥)이라고 해서 治病을 주로하여 有毒、 多毒으로 長期服用 해서는 안될 藥으로서 大黃、 附子、 杏仁、 淫羊藿、 半夏등 125餘種이 記述되어 있다。

이와같은 藥物을 單獨으로는 使用하지 않고、 일정한 法則에 따라서 調合하여 處方한 것을이 漢方藥의 起源이라고 할 수 있다。

▲漢方藥이라 함은…

漢方醫들은 診斷에 입하여 脈診、 舌診、 腹診、 問診등 各種方法을 使用하여 病의 症狀을 파악한다。 이래서 病의 징후를 파악함과 동시에 病者의 體質診斷을 實施하여 陰、 陽、 虛實등 各種의 體型을 定하고 其體質의 징후를 總合的으로 판단한뒤 치료에 입한다。

이때 處方에 투여하는 藥은 數種類의 生藥을 調合해서 使用하며 이를 漢方藥(漢藥)이라고 부른다。

漢方藥은 數種類의 生藥을 混合하므로서 人體에 對한 副作用을 피하게 하고 또한 藥效를 相乘的으로 強化하게 하는 作用을 한다。

이것은 다음에 論하는 民間藥은 주로 單獨으로 사용하는데 比하여 한층 우위에 있는 治療法이라고 할 수 있다。

▲民間藥이라 함은…

民間藥은 옛날로 부터 오늘에 이르기까지 傳來하여 온 경험적인 藥效가 있는 순수한 天然藥物로서 民間一般에게 傳承되어 온 藥用植物이다。 따라서 언제나 身邊가까이서 採集하여 利用可能한 것이며 누구든지 위험성없이 安心하고 使用할 수 있는 것이 아니면 안된다。

예를들어 산길에서 상처를 입어 出血이 심할 때 즉시 生藥을 뜯어 바른다던가、 벌레에 물렸을 때 生藥의 흰 즙을 바른다던가 또는 內服物로서 설사에 玄草、 整腸、 利尿、 변비등에 十藥(重藥) 등 주변에서 손쉽게 얻어 잘 利用되고 있다。 그래서 이런 종류들은 옛날부터 전해지고 있는 것으로서 副作用의 걱정은 거의 없는 것이다。

民間藥은 각기 地方에 따라 特殊한 使用方法이 있기도 하며 그중에는 미신에 가까운것도 많지만 今日에 와서는 많은 종류가 科學的으로 그 成分이 나藥效가 규명되어 경험에 의한 效用이 훌륭히 證明되고 있다。

다만 民間藥은 누구나 손쉽게 利用할 수 있는 利點이 있지만 從來의 化學藥品과 같은 觀念으로만 生覺하여서는 안될 것이다。

〈편집실〉

農水産部 食糧節約·食生活개선 캠페인

가까운곳에 있는 부존식량자원

—민물고기—

곡류、 어류、 육류、 채소류등은 매일의 식생활에서 떼어 놓을 수 없는 매우 가까운 식품들이다。 이들 중에서 별로 관심을 갖지 않고 있는 종류가 있는데 어류중 민물고기(내수면어류)가 그 대표적인 예라고 할 수 있겠다。

내수면 어류(민물고기)에는 우리나라 어느 곳에서나 널리 산재해서 살고 있는 미꾸라지、 잉어、 메기、 가물치、 민물장어등 여러 종류가 있다。

그중에서 우리의 식탁과 밀접한 관계가 있는 것이 미꾸라지와 잉어인데 이들이 어떤 영양소를 가지고 있고 또한 음식으로서 어떻게 활용되고 있는가를 알아보기로 한다。

미꾸라지는 민꾼미꾼한 비늘을 가져 미끄럽기 때문에 미꾸라지라고 부르며 특히 아시아대륙에 많은민물고기로써 논과 도랑、 늪 등 얕은 흙탕바닥에서 사는 것이 특징이다。

요즈음에는 양식 미꾸라지가 널리 보급되고 있는데 미꾸라지의 영양가를 살펴보면 100g당 단백질 16·1g、 지방 2·4g、 칼슘 1、167mg、 철분 8·5mg、 비타민 B_2 0·44mg、 비타민 D 110mg가 함유되어 있어 타육류등에 비하여 별로 뒤지지 않으며 특히 단백질이 우수하고 칼슘、 비타민 A、 B_2、 D가 많기 때문에 환간에서 말하는 강장 강정식품으로 손꼽히게 된 것도 무리가 아니다。

미꾸라지는 겨울에는 흙탕물 속에서 먹이를 먹지 않고 동면하기 때문에 살이 빠져 맛이 없으나、 봄에는 산란기를 앞두고 먹이를 많이 먹고 살쪄 특기가 올라 맛이 좋아진다。 따라서 미꾸라지 요리인 추어탕은 늦여름과 가을에 제맛을 갖게 되므로 애식가들이 즐겨 찾고 있다。 비타민 A와 D는 알과 난소에 특히 많이 들어있다。 비타민 A가 부족하면 피부가 거칠어지고 병에대한 저항성이 약해지며 야맹증이 나타나기도 하고 성장기 어린이들에 비타민 A가 부족하면 성장에 도 있다。 세계적으로 널리 분포하고 (아시아) 극동지방에 서식한다。 비단잉어 등 관상용으로 기르는 것은 외국에서 수입한 변종이다。 과거엔 희귀어종이었으나 양식잉어가 많아 최근에는 구입이 다소 편리해졌으나 가격이 조금 비싼것이 흠이다。 잉어의 영양가를 보면 100g당 단백질 18·9g、 지방 2·1g、 칼슘 72mg、 철분 1·8mg、 비타민 A 20mg、 비타민 B_1 0·1mg、 비타민 B_2 0·08mg、 나이아신 3mg이다。

위의 성분에서 보는 바와 같이 단백질이 풍부하고 소화흡수가 잘되어 회복기의 환자、 임산부、 어린이들에게 좋다。 잉어탕을 먹으면 남자가 용이된다고 할 정도로 원기가 왕성해진다고 한다。

잉어에는 지방 2·1mg나 들어 있는데 불포화 지방산이 주성분이기 때문에 동맥경화와 고혈압인사람에게도 좋은 영양공급원이 될 수 있다。 특히 비타민 B_1이 많아 당질대사에 크게 도움을 준다。 잉어는 번식력이 강하고 아무것이나 잘 먹고 성장이 아주 빠르다。 폭포를 기어오를 만큼 강하고 왕성한 생명을 가지고 있어 옛날부터 그 피를 마시면 폐렴에 좋고 살은 원기를 통진시킨다는 등 신앙적인 존재로 알려져 있다。

중국에서는 3천년전부터 애용되어 온 스태미너 식품이었다。 질 좋은 단백질、 소화성이 좋은 지방、 많은 양의 칼슘과 비타민 B_1은 임산부、 환자、 어린이에게 좋을 뿐 아니라 성인의 건강과 체력을 증진시키고 또 산모의 젖이 부족할 때、 몸이 쇠약해졌을 때 잉어를 먹으면 젖이 많아지고 건강을 쉽게 회복하는 것으로 전해지고 있는데 이러한 속설은 잉어의 성분으로 미루어 보아 근거가 있는 것이라고 추측할 수 있다。

미꾸라지나 잉어 뿐만 아니라 우리 주위에서 쉽게 구할 수 있는 민물고기에 대한 올바른 이해나 평가로 고른 영양섭취는 물론 국내부존자원의 활용 측면에서도 보다 많은 관심을 가져야 할 것이다。

영양가 비교표

	열량 Kcal	단백질 g	지질 g	칼슘 mg	철 mg	치아민 mg	리보플라민 mg	나이아신 mg
미꾸라지	86	16.1	2.4	1,167	8.5	0.15	0.20	12.2
잉 어	99	18.9	2.1	72	1.8	0.40	0.07	3.0
닭 고 기	126	20.7	4.8	4	—	0.09	0.15	5.0

※식생활개선으로 건강하게 장수합시다.

祝 發展

社團法人 韓國生藥協會

⊙忠清北道支部
道支部長 李鍾喆
丹陽郡事務所長 張慶徹
槐山郡 〃 林在錫
堤川市 〃 兪煥
清州市 〃 禹命奎
永同郡 〃 金云浩
鎭川郡 〃 李志大
報恩郡 〃 黃春煥
陰城郡 〃 張基勳
忠州市 〃 李鍾喆
道共販場長 李承百

⊙忠清南道支部
道支部長 文大珪
瑞山郡事務所長 李榮來
禮山郡 〃 成百德
唐津郡 〃 崔振東
洪城郡 〃 朱珽哲
公州郡 〃 李奇範
論山郡 〃 李在光
錦山郡 〃 鄭永錫
牙山郡 〃 尹福永
天安市 〃 文大珪
大田市中區 〃 李相國
大田市東區 〃 李圭正
論山郡共販場長 李馥英
公州郡共販場長 安敦洙

1985년 6월 15일