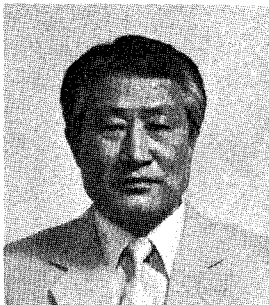


# 새로운 계란건강법 (Ⅲ)



**최 광 순**  
송원실업 기술이사

## Ⅲ. 난유(卵油)의 효과

난유는 옛부터 민간요법으로 사용되어 왔던 바 최근 다시 우수한 건강식품으로서 주목을 받게 되었다.

난유는 말 그대로 계란의 기름이며 난황을 후라이팬 등에 오랫동안 태워 난유를 만드나 1개의 난황에서 2~3방울 얻을 수 있으며 이 때 역겨운 냄새가 난다. 따라서 난유를 만들려면 노력과 고통이 있으나 최근에는 여러가지 형태의 난유가 시판되고 있다.

난유의 효과는 이전부터 주목해 왔으므로 이러한 신제품을 환자들에게 권하게 되었다. 그리하여 심장이 나쁜 사람, 위장이 약한 사람등 많은 사람에게서 좋은 결과를 봤는데 예상치도 않게 치질치료에도 사용하게 되었다.

## (1) 치질의 치료약

난유가 치질에 효능이 있다는 말은 종종 듣고 있었으나 내가 환자에게 제공한 난유는 켈슐형의 것이어서 치질치료로는 권한 적이 없다. 그런데 심장이 나빠 병원을 찾아온 41살의 주부는 내가 준 난유의 켈슐을 깨트려서 치질의 환부에 발랐다는 것이다.

이 부인은 몇년 전부터 치질이 있어 난유가 치질치료에 좋다는 말을 듣고 시험적으로 발라 봤다는 것이다. 그 결과 한번 발랐는데 배변후의 통증이 없었다고 한다. 그 후 계속 난유로 치료한 결과 통증은 아주 좋아졌다고 한다.

그래서 나는 치질이 있는 사람에게는 매일 배변후 난유를 바르도록 권장한 결과 치질환자의 반수 이상이 1주일쯤되어 배변시의 통증이 말끔히 없어 졌다고 말하였다.

치질치료에 난유의 효능은 아직 명확하지 않으나 다음의 두가지 이유를 들 수 있다.

첫째 난유는 윤활제의 역할로서 배변을 좋게 한다. 이 점은 난유외의 참기름 등을 치질환부에 바르면 배변시의 통증을 다소 완화시키는 사실로도 추측된다.

둘째 난유에 함유되어 있는 레시진의 효과이다. 레시진은 혈액을 맑게하고 피의 흐름을 좋게 하므로 심장과 기타 장기의 기능을 정상으로 유지한다. 이것이 항문부의 혈행불량이 원인인 치질에 좋은 영향을 미치는 것이 아닐까 생각한다.

나 자신도 5~6년 전부터 레시진이 많은 두유(豆乳)를 매일 마신후 부터는 치질이 나타나지 않으므로 난유에도 이와 같은 효과가 있지 않을까 생각하고 있다. 또 치질의 원인으로서 뇌의 긴장 즉 스트레스를 생각할 수 있으며 레시진은 뇌의 스트레스를 완화시키는 효과도 있는것 같다.

그러나 난유의 효과는 체질에 따라 차가 있는 것 같다. 나의 경험으로는 현저한 효과를 보인 체질은 피부가 희고 뚱뚱한 형의 사람이었다. 어린 체질의 사람에 시험한 결과 틀림없이 완전히 치질이 치유되거나 통증이 거의 없어지는 상태였다. 이에 반해서 여원형의 사람은 별로 효과를 보지 못한 사람이 다소 있었다. 그러나 대부분의 사람

에게서는 좋은 효과를 보임으로 여원형의 사람이라도 치질 때문에 고심하는 분은 한번쯤은 난유를 시험해 볼 것을 권한다.

## (2) 난유는 정력을 회복시킨다

난유에는 계란이 지니고 있는 모든 영양소가 들어 있으며 그 중에서도 특히 잘 알려져 있는 레시진이 풍부하다.

레시진은 심장 혈관 기타 내장 각기관 등의 인체구성의 귀중한 성분이다. 이 물질을 난유에서 공급받음으로서 내장의 활동을 활발히 하고 전신의 혈행을 좋게 한다. 또 혈관에 콜레스테롤의 축적을 방지하는 리놀산이 있으므로 고혈압의 사람에게는도 권장할 수 있다.

한편 머리털을 튼튼하게 하는 영양소인 케회린과 몸의 활력의 근원이 되는 타우린 등의 성분도 많이 함유되어 있기 때문에 이들이 전신의 세포 활동을 활발히 하게되니 난유는 전신에 활력을 주는 활성제라 할 수 있다.

사람은 누구나 40살이 지나면 급격히 체력이 떨어지고 그 동안 축적된 피로와 스트레스가 한꺼번에 나타나 정력감퇴를 보이는 것이 이때이다.

나는 이런 사람에게는 난유를 일종의 자양강장제로서 복용토록 한다. 몸의 신진대사를 활발히 하여 젊음을 회복시키는데는 난유만큼 효과를 발휘하는 것은 없기 때문이다.

최근 나를 찾아온 40세를 지난 남자의 경우도 급격한 체력 쇠퇴로서 일을 하여도 기력이 미치지 못한다는 것이었다.

더욱이 심장상태가 좋지 않아 계단을 급히 올라가면 심장의 고동이 심하고 기력·체력의 쇠퇴는 부부생활에도 지장이 있다고 한다. 나는 난유를 1회에 3개 매 식후에 먹도록 하였다. 그로부터 몇일후 난유를 더 구하기 위하여 찾아왔을 때 나는 놀랐다. 흙빛의 얼굴이 붉은 빛을 띄어 건강하게 보였고 50세정도로 보이던 것이 다시 찾아왔을 때에는 30대전반으로 보여 알아 볼수 없을 정도 였다.

그리고 "선생님 난유를 복용하고 부터 1주일쯤 지나서는 어쩐지 몸에 힘이 솟아 오르는듯 합니다."라고 즐겁게 이야기를 하였다. 이 남자의 말

에 의하면 난유를 복용하기 전과 크게 다른 점은 아침에 일어났을 때 차도가 있다고 한다.

즉 어제의 피로가 남아 있어 몸이 무거워 일어나기 싫었으나 난유를 복용한 후부터는 다음날 아침에는 피로가 없고 일찍 일어나게 되었으며 심장의 고동, 숨도 차지 않았다고 한다.

40세 이상의 많은 사람들은 앞의 경우와 같은 증상에 고민하고 있을 것이며 체력과 정력의 쇠퇴를 느끼게 되면 꼭 난유를 시음해 보시면 반드시 그 효과에 놀라실 것이다.

-근도기애히데(近藤樹枝英)-

八福田養生所所長

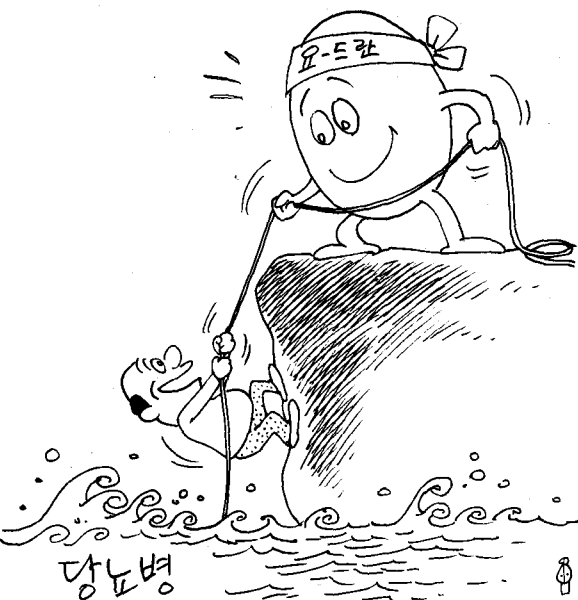
#### IV. 요-드란의 효과

##### (1) 인슈린의 분비를 높이는 요-드란

요-드란을 먹고있는 100여 가구를 대상으로 요-드란을 먹기 시작한 후의 건강상태에 대한 앙케이트 조사를 실시한 적이 있다.

그 결과 당뇨병 알레르기병 고지혈증(高脂血症)이 압도적으로 개선되었다. 즉 각각 70~80%의 사람이 3개월경부터 증상이 호전되기 시작하였다고 대답했다.

정말 요-드란은 이와 같은 효과가 있는가를 조



사하기 위하여 우리들은 여러가지의 실험을 하였다. 당뇨병에 대한 요-드란의 효과에 대한 실험보고는 다음과 같다.

먼저 제1단계로서 인공적으로 쥐에 당뇨병을 유발시켜야 한다. 체장을 파괴시키는 약물을 투여하면 간단히 당뇨병을 유발시키나 그 작용은 체장에서의 인슈린분비를 완전히 파괴시켜 혈당치를 최상으로 올려버리는 강력한 것이므로 사람의 당뇨병과는 거리가 먼 중증의 당뇨병의 모델이 되어 버린다. 보다 경증의 당뇨병 모델을 만들기 위해서는 인슈린을 분비하는 체장의 일부 세포의 활동을 억제하는 약물이어야 한다.

몇번의 시행착오 끝에 사이프로해프다진이란 약물을 쥐에 대량투여하면 사람과 극히 비슷한 당뇨병을 유발시킬 수가 있었다.

그리하여 몇마리의 쥐를 A,B,C의 셋으로 나누어 A는 아무 처리를 하지 않은 정상쥐, B는 사이프로해프다진을 2~4주간 매일 대량투여한 당뇨병의 쥐, C는 사이프로해프다진과 매일 요-드란을 동시에 먹인 쥐로 구분하여 사람과 같은 당부하시험(糖負荷試驗)을 실시 하였다. 먼저 포도당을 급여하기 전 즉 공복시의 혈당치는 A,B,C 모두 거의 차가 없었다.

다음은 포도당을 급여하고 30분후, 60분후, 120분후의 혈당치를 측정하였다. 그 결과 사이프로해프다진을 먹인 B의 혈당치는 A(무처리의 쥐)보다 급상승하였다. 그러나 C(사이프로해프다진과 요-드란을 먹인 쥐)의 혈당치의 상승은 극히 완만하여 A쥐와는 별 차이가 없었다.

또 인슈린의 분비량을 보면 B쥐는 극히 적었으나 C쥐는 A쥐보다는 약간 적다는 사실을 알았다.

##### (2) 요-드란은 부작용이 없다

앞에서의 실험결과에 의하면 요-드란은 혈액중의 포도당에 대하여 인슈린의 분비량을 개선하고 과다하게 당분이 들어가더라도 여기에 대응하여 인슈린분비를 촉진시키는 효과가 있다. 즉 요-드란에는 혈당치가 높아지는 것을 억제하는 효과가 있다는 사실이 증명되었다.

일반적으로 당뇨병의 치료에는 인슈린주사를 하였으나 부작용이 강하여 알레르기를 나타내는 사람이 많아서 일부 중증이외는 혈당치를 낮추는 혈당강하제를 일반적으로 사용하게 되었다. 그러나 혈당강하제에도 과다하게 혈당치를 낮추는 결점이 있다. 혈당치가 과다히 낮아지면 저혈당성 혼수가 되어 생명이 위험한 상태에 이르는 뜻하지 않는 사고가 생길 가능성도 있다.

이점은 요-드란일 때는 혈당치가 높아지는 것을 억제하나 과다하게 낮추지 않는 것이 요-드란의 장점이며 주목할 점일 것이다.

그러나 이 결과는 동물실험에 의한 것이므로 사람의 당뇨병에 적합할 수는 없다. 또 요-드란은 결코 당뇨병의 약이 아니고 식품이므로 이것만으로 당뇨병을 치료할 수는 없다.

당뇨병치료의 기본은 무엇보다 식이요법과 운동요법이며 때로는 혈당강하제가 필요한 경우가 있다.

식이요법과 운동요법을 하면서 식사중에 요-드란을 장기간 섭취하면 당뇨병이 개선되어 결과적으로는 혈당치가 정상으로 회복한다든가 당뇨병이 빨리 치료되는 효과는 충분히 기대할 수 있을 것이다.

### (3) 알레르기 체질을 개선

#### ① 기관지천식에 효과

모(某) 요-드란의 업자가 4개 국민학교의 기관지천식 아동에게 요-드란을 먹여 그증상의 경과에 관하여 조사를 하였다. 조사방법은 천식발작의 횟수와 정도를 학부모가 상세히 기록하여 정기적으로 보고토록 하고 요-드란은 하루에 1개씩 먹는 방법은 각 가정에 맡겼다.

그 결과 요-드란을 먹은 3개월경에 80% 이상이 발작횟수가 줄고 증상이 가벼워 천식이 개선되고 있음을 알았다.

이 사실을 더욱 입증하기 위하여 흰쥐를 시험동물로 사용하였다.

A군(群)은 정상인 흰쥐, B군은 알레르기 체질로 만든 흰쥐:우혈청(牛血清)알루부민과 세균에서 나온 아미라제를 2주간 매일투여, C군은 알레르기성 체질인 흰쥐에 요-드란을 먹인 것으로 나

누어 각각 항원(抗原)인 우혈청알루부민과 세균에서 만든 아미라제를 대량 투여하였다.

그 결과 A군의 흰쥐는 아무런 변화가 없었으나 B군(알레르기 흰쥐)은 모두 심한 기관지천식의 발작을 보였다. 그리고 C군(알레르기 흰쥐에 요-드란먹인것)은 대다수가 천식이 발작되었으나 증상이 아주 가볍고 그 중 발작이 없는 것도 상당수 있었다.

또 알레르기 반응이 나타난 것을 표시하는 히스타민분비량을 조사한 결과 A군에 비하여 B군은 많은 량의 히스타민이 있었으나 C군은 A군보다는 약간 많았으나 B군에 비하면 극소량이었다.

#### ② 알레르기성 비염에 효과

앞의 시험 결과를 보면 천식의 발작증상 히스타민의 분비량에 의한 판단에서 요-드란은 확실히 알레르기반응을 억제하는 작용이 있음을 알 수 있다.

나는 흰쥐에서 증명된 요-드란의 알레르기에 대한 효과를 동경여자의대와 공동으로 알레르기성 비염의 사람을 대상으로 임상실험을 하였다.

알레르기성비염의 사람에게 매일 요-드란 1개를 먹이고 그 전후 비염일기를 쓰게 했다. 기입내용은 하루의 재채기 횟수, 코푸는 횟수, 코를 들어마시는 횟수 등이다. 그리고 요-드란을 먹기 전과 먹기시작하여 3개월후의 비염일기를 정리하여 비교한 결과 재채기 횟수, 코푸는 횟수, 코를 들어마시는 횟수가 각각 30~50% 줄었다.

위의 실험결과에서는 요-드란은 알레르기성비염에 유효하다는 판명이 된다.

그러나 요-드란중의 어떤 성분이 기관지천식이나 알레르기성비염에 유효한가는 확실하지 않으나 전신의 저항력을 높여 알레르기체질을 개선한다고 추정된다.

요-드란은 어디까지나 식품이며 약은 아니므로 발작이 일어난 후에는 먹어도 증상을 개선시킬 수는 없으니 효과를 볼려면 3개월이상 계속 먹어야 한다. ☞

- 세야마·요시유키(瀬山義幸) 星藥科大學 助教授  
- 야마시다·사부로(山下三郎) 星藥科大學 助教授