

공해에 찌든 현대인에게 자연식(自然食)의 건강증진 효과에 대한 신념은 거의 맹목적이다시피 여겨질 정도로 마음속 깊이 뿌리내리고 있다.

농약과 화학비료를 쓰지 않은 무공해농법의 농산물이 선풍적 인기를 끌고 있으며 채소의 녹즙을 짜 마시기도 한다. 게다가 이러한 자연식열풍은 정력 증강이란 중년

베트남에서 수입한 뱀쓸개 1백여 개를 소주에 담가 마셨다가 급성신부전증에 걸린 환자가 최근 열린 내과학회에 보고된 것이 이른바 뱀쓸개 파동으로 이는 우리 사회에 맹목적으로 번지고 있는 자연식 선호와 동물생식에 대한 일대 경종을 울려주고 있는 것이다.

이렇게 몸에 좋다면 무엇이든 먹어대는 풍조의 최대 희생자는

색소성분과 일부 알칼로이드 성분은 녹즙의 형태로 과량 섭취되면 결국 간에서 분해해야하며 이것이 간에 무리가 됨은 필연적이다. 실제 간경변증이나 만성간염을 앓는 사람 중에 녹즙 과다섭취로 간세포 파괴시 혈액에서 올라가게 되는 효소인 GOT, GPT 수치가 수십 배씩 뛰어 황급히 병원을 찾는 사람도 흔히 볼 수 있다.

뱀쓸개나 녹즙만 문제시되는 것이 아니다. 식탁에 자연건강식품으로 흔히 오르는 채소마저 질산염성분이 과다 농축돼 다량 섭취시 소아의 경우 청색증, 성인에선 위암발암물질인 나이트roso아민의 형태로 위장내에서 전환돼 말썽을 빚을 수 있다는 보고도 나와 있다. 이는 과도한 화학비료나 퇴비를 사용해 채소가 유전적으로 함유할 수 있는 양의 수십 배 많은 질소성분을 잎에 과다 농축시키기 때문이다.

선진국에선 이미 채소 품종별로 질산염 함량이 법적으로 정해져 있으며 허용기준치를 넘을 경우 전량 폐기처분 된다는 것이다. 공해세대에 자연만능주의의 팽배는 어찌보면 당연한 일인지도 모른다. 그러니 항상 '자연 = 좋은 것' 만은 아니다.

게다가 단 한번의 시식으로 단번에 건강과 정력을 회복하겠다는 다소 불순한(?) 의도에서 비롯된 자연건강식은 결코 몸에 이로울 것이 없다는 결론이다. 57

## 뱀쓸개 파동 무엇이 문제인가

許 鳳 烈

(서울대병원 가정의학과 과장)

직장남성들의 콤플렉스를 묘하게 자극해 갖가지 해괴한 처방들을 낳기도 한다.

실제로 정력에 좋다고 알려진 지방들도 한 두가지가 아니며 식자층에 속하는 사람들 중에서도 이른바 몸에 좋다는 자기만의 비법을 자랑하는 이도 흔히 볼 수 있다. 그러나 최근 언론 지상을 통해 소개된 뱀쓸개 파동은 우리나라의 건강의식 수준이 어디까지 왔나를 보여줄 수 있는 극명한 사례가 되고 있다.

우리 몸의 쿵팰과 간이다. 소화관을 통해 흡수된 이들 식품중에서 아직 규명되진 않았으나 몸에 해로운 성분마저 이들 두 장기가 도맡아 해결해야 하기 때문이다.

정력에 좋다는 잉어쓸개를 한 두 개만 먹어도 신부전증을 일으킨다는 것은 이미 학문적으로도 입증된 상태이며 이번 뱀쓸개 파동은 세계적으로도 첫 임상사례라는 것이 관련학계의 보고다.

녹즙도 간이 나쁜 사람들에게겐 문제가 될 수 있다. 특히 채소 속의