

제주도 민간요법에 관한 조사연구

이 경 희*

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

돌봄의 시작은 가정에서 부터 출발했다고 볼 수 있다. 자신을 위한 돌봄에서 자신과 관계가 있는 소중한 사람들에 대한 애정의 표현이라 할 수 있으며, 이미 체계적인 의료체제가 발달되기 전에도 이미 돌봄의 형태가 있었고 과학적인 규명이 이루어지지 않았을 지라도 대대로 경험하여 온 돌봄행위들이 질병의 치료와 간호에 효과가 있다는 사실을 알게 되었을 것이다. 건강증진보다는 질병대처라는 일차적인 건강행위이지만 자기방어적인 행동은 자기돌봄의 기초가 되었다. 이러한 상황속에서 주변의 모든 것들이 질병에 대처하는 요소가 되었다. 즉, 풀, 꽃, 열매, 동물, 토템 등 다양한 자연물들이 하나의 재료로서 사용되었으며 집안의 어른 혹은 동네노인, 주위의 풀뿌리나 나뭇잎이 신성한 응급치료 약구실을 해왔다(문화방송, 1987). 이러한 현상은 우리나라에서만 있는 것이 아니며 전 인류가 살아 오며 그들 주변의 자연과 조화를 이루며 살아 온 결과물이라 할 수 있다. 민간요법이란 어느나라에서나 그 민족이 독특하게 사용하는 치료법으로 자연성 초목이 대부분이므로 경험에서 나온 단순하고 소박한 방법으로(문화방송, 1987) 어떤 과학적인 논리나 학문적인 체계가 없이 경험상으로 얻

어진 지식을 그대로 구전했던 것인데, 민간요법은 경험적, 체험적 치료이기 때문에 개인의 체질과 개인에게 주어진 환경을 중시하고 몸을 전체적으로 생각하여 처리한다는 것이 최대의 특징으로 볼 수 있다(이철호, 1993). 또한 현대의 문명이 발달하여 인간에게 편리함을 주고 있지만 자연의 파괴라는 역작용을하여 자연과의 부조화를 일으키고 있고 그로인한 영향은 인간을 위협하고 있다. 현재의 고도의 의료기술이 인간에게 이로운만 준다고 할 수 없으며 과거는 진부한 것이며 초라한 것이라고만 볼 수 없다. 과거는 현재의 기초가 되고 현재와 연결은 미래를 볼 수 있게 한다. 따라서 과거부터 내려온 경험은 현재에 적용하여 보고 보다 나은 미래를 맞이하는 초석이 된다. 그러므로 현재의 돌봄방법만 선호하는 것이 아니라 과거의 것을 현재에서 과학적으로 규명함으로써 우리의 건강을 위한 것으로 이용하여야 한다.

제주도는 자연의 혜택과 자연으로 인한 폐해를 함께 공유하고 있는 곳으로 이로인한 삶의 형태가 다른 육지 부와는 차이를 가지고 있다. 의료면에서도 이러한 영향을 받고 있으며 더욱이 자연과 끊임없는 싸움은 자연과의 조화라는 삶의 지혜를 낳았다. 따라서 자연과 함께 하는 생활속에서 자연을 이용한 돌봄이 생기고 이용할 시설이 부족했던 시절에 그들 주변의 모든 것들이 건강한 삶을 위한 것으로 이용되고 그 사용경험이 지금까지

* 한라전문대학 간호과 전임강사

이어져 내려오고 있다.

따라서 제주도에서 사용되어 온 민간요법을 알아보는 것은 제주도 사람들의 자연과의 조화를 알아볼 수 있고 우리의 것을 돌아보는 계기가 됨으로써 우리의 문화를 찾을 수 있으며 선인들의 지혜를 오늘에 연결지을 수 있을 것이다. 또한 이러한 고찰은 우리의 것을 이용한 돌봄의 기초가 되어 우리의 건강을 보다 향상시키는 계기를 마련하며 기초자료가 될 것이다.

그러므로 본 연구의 목적은 첫째, 제주도 각 지역에서 사용되고 있는 증상별 민간요법을 조사하며, 둘째, 제주도 민간요법의 특징을 파악하고자 한다.

II. 연구 방법

1. 연구 대상자

본 연구의 대상은 제주도에서 출생하고 성장한 자로서 연구에 참여하기를 동의한 제주시의 용담동 4명, 노형동 2명, 화북동 2명, 삼양동 1명, 도두동 2명, 도남동 1명 등 12명, 서귀포시에서는 중문동 2명, 상예동 1명 등 3명, 남제주군의 남원읍 5명, 성산읍 3명, 표선면 3명, 안덕면 1명 등 12명, 북제주군의 조천읍 3명, 구좌읍 3명, 한림읍 2명, 우도면 1명 등 12명으로 총 39명이 본연구에 참여했다. 구체적인 연령 분포를 보면, 40세이상-50세미만이 10명(남: 1명, 여: 9명), 50세이상-60세미만이 14명(남: 7명, 여: 7명), 60세이상-70세미만이 5명(남: 1명, 여: 4명), 70세이상-80세 미만이 6명(여: 6명), 80세 이상이 4명(남: 1명, 여: 3명)이었으며, 이들의 평균 연령은 64.5세였다. 이중 6명은 부부가 함께 질문에 응답하였다.

2. 연구 도구

본 연구의 자료를 수집하기 위하여 구조화 된 개방질문지를 이용하였는데, 질문지의 내용은 참고 문헌을 기초로 총 20문항으로 구성하였다.

3. 자료 수집 절차 및 방법

본 연구의 자료수집기간은 97년 4월 4일부터 4월 14일까지로 총 11일간 이었다. 자료 수집은 면담방법을 교육받은 연구원들이 각자의 연고지가 있는 지역을 중심으로 대상자를 찾아가 연구의 목적과 내용을 설명한 뒤 면담형

식으로 질문하였으며 그 내용을 기록하는데 누락을 막기 위해 녹음을 하기도 하였다.

4. 자료처리 및 분석방법

수집된 자료처리 및 분석은 첫째, 제주도를 4개의 지역으로 나누어 대상자 분포를 파악한 후, 문항에 따른 응답을 정리하였고, 둘째, 각 문항별로 응답을 한데 모아 내용이 서로 비슷한 것끼리 합쳐 실수와 백분율을 계산하고 다시 재검토 하였다. 셋째, 각 증상에서 사용되는 재료명을 분류하고 특성을 파악하였다.

III. 문헌 고찰

속이 쓰릴 때는 쭉쭉에 조청을 넣어 아침·저녁 공복시에 먹으며(홍문화 외, 1995), 체했을 때는 생무즙을 내어 한번에 한잔정도 하루에 두 세번 먹고, 또 뽕나무를 불에 태워 재를 만든 다음 물을 넣고 그 잿물로 죽이나 밥을 지어 먹는다(의학과학원 동의학연구소 민간요법연구실, 1990).

치질이 있을 때는 껍질벗긴 호박씨를 달인 물로 그 주위를 씻고 무화과즙(진태준, 1980)이나 잎의 즙을 짜서 항문에 바르기도 하며, 무화과 잎이나 비파나무잎을 달인 뒤, 그 물로 항문을 찜질한다(진태준, 1980).

설사할 때는 쭉 생즙을 술잔으로 한 잔 마시거나 익초를 짓찧어 즙을 내어서 한두 숟가락씩 먹었고, 마늘을 삶아서 먹거나 구워서 식전에 두세 개씩 먹어 장의 연동운동을 억제하기도 한다(홍문화외, 1995).

감기 걸렸을 때는 파뿌리로 죽이나 수프를 만들어 먹고, 몸을 따뜻하게 덥혀 주며 꿀과 꿀을 탕으로 만들어 마시면 목 아픈 것이 가라 앉는다. 또 꿀을 달여서 마시기도 하고, 생강즙에 꿀을 넣어 따뜻하게 해서 마시면, 두통·한기·기침·코막힘·가래에 효과적이다(홍문화 외, 1995). 메밀죽을 쑤어 파뿌리 한 두대를 잘게 썰어 넣고 하루에 세 번정도 먹기도 하며, 파를 짓찧어 고추에 섞어서 술을 넣고 따뜻하게 데워 아침, 저녁으로 식전 30분에 먹는다(의학과학원 동의학연구소 민간요법연구실, 1990). 꿀을 이용한 것으로 꿀을 통째로 구워 뜨거운 물을 부어 마시며(신재용, 1995), 콩나물을 참기름에 볶아서 죽을 끓이다가 거의 죽이 다 될 무렵에 재래종 파뿌리를 적당히 넣어서 먹은 후 땀을 낸다. 또 마른 칩뿌리 40g에 밀감껍질 4g을 약탕관에 넣고 달여 마시기도 한다(진태준, 1980).

허리 아플 때는 타올을 물에 찼 다음 마른 타올로 환부를 감싸고 찼 타올을 그 위에 감는다(최하, 1987). 그리고 허리가 아파서 굽힐 수 없을 때는 환자를 바로 서게 하고 발끝에서 배꼽까지 곧추 세워 그 길이를 발 뒤축에서부터 위로 올려 재어 닿는 부위에다 보리알 크기의 뜸봉으로 자기 연령과 같은 수의 뜸을 뜨거나 허리가 갑자기 아플 때는 환자를 엎드리게 하고 제 4요추와 제 5요추 사이 양 쪽이 똑같이 오므라진 곳에 뜸을 7장씩 뜬다. 한여름 햇볕이 뜨거운 날을 택하여 해변가 모래사장에 가서 모래 찜질을 하거나(진태준, 1980) 또, 쪽잎이나 연한 줄기를 많이 뜸어다가 짓찧어서 즙을 상처에 바르면 효과가 좋으며(의학과학원 동의학연구소 민간요법연구실, 1990), 옆으로 누운 뒤, 긴 돌을 세워서 가슴과 배에 기대 놓는다(최하, 1987).

오줌이 잘 안 나올 때는 옥수수 수염 달인 물을 공복시에 마시거나 수박을 먹는데 이는 이뇨작용이 있기 때문이다(홍문화 외, 1995), 손·발이 부었을 때는 옥수수 수염을 달여 식사 전 공복 상태로 마신다(홍문화 외, 1995).

상처 났을 때는 썩음을 바르고 건더기는 거즈에 묻혀 환부에 붙이고 또, 담배 가루나 질경이잎을 으깨서 붙인다(홍문화 외, 1995)

화상 입었을 때는 알로에의 젤리질을 붙이거나(홍문화 외, 1995), 된장을 두툼하게 붙이고 싸매며, 누런 콩을 보드랍게 가루낸 것에 꿀을 섞어 덴 곳에 바르고 싸맨다. 또 깨끗한 우유에 계란 흰자위를 3개 섞어서 가재나 엷은 천에 적신 후 덴 곳에 붙이고 계란 흰자위에 참기름을 섞어 골고루 잘 갠 뒤, 덴 곳에 여러 번 바르며, 장군풀뿌리를 깨끗이 씻어 말렸다가 가루를 낸 다음 소주에 고약처럼 개어 덴 곳에 두툼하게 바르고 싸맨다(의학과학원 동의학연구소 민간요법연구실, 1990). 1도 화상인 경우에는 참기름이나 유채기름을 환부에 자주 발라주거나 환부에 참기름을 바른 뒤 간장을 발라주고 물에 있는 이끼를 환부에 자주 바껴 덮는다(진태준, 1980).

피부병이 있을 때는 밤나무 껍질 말린 것 500g과 잔디뿌리 500g, 물 2ℓ를 달여 식힌 뒤, 그 물로 씻고, 밤나무 껍질을 짓찧어서 하루 3번 갈아 붙이기도 한다(의학과학원 동의학연구소 민간요법연구실, 1990).

동상에 걸렸을 때는 붉은 고추를 우려낸 물에 발을 담그기도 하며, 가지 꼭지를 햇볕에 말려서 물에 달인 후, 그 물에 발을 담그고 맛사지하기도 한다(홍문화 외, 1995). 그리고 콩가루를 달여서 그 물로 동상 부위에 찜질하며 가지 덩굴을 삶은 따뜻한 물로 동상 부위에 하루 1~2회 며칠 간 찜질한다(진태준, 1980).

눈병이 났을 때, 즉, 결막염이 있을 때는 달인 녹차를 거즈나 탈지면에 적셔 눈을 닦은 다음, 참기름 한 방울을 눈에 떨어뜨리거나(홍문화 외, 1995) 황경피나무 속 껍질을 모유에 한 시간 가량 두었다가 꺼내버리고 그 모유를 눈에 넣는다(의학과학원 동의학연구소 민간요법연구실, 1990) 그리고 다래끼가 났을 때는 소금을 가재에 싸서 따뜻하게 한 다음에 이를 뜨거운 음식 그릇위에 놓은 후 눈을 자주 문지르거나(신재용, 1995) 소금을 천에 싸서 따뜻하게 데운 뒤 찜질하며 눈알이를 할 때는 엷은 껍질과 뾰족한 끝을 제거한 살구씨의 속살 세 개를 밥을 지을 때 함께 찌서 말려 세 번 반복하여 잘 마른 것을 보드랍게 가루 내어 모유 10g에 타서 깨끗한 가재나 엷은 천에 넣고 찼 다음, 그 모유를 하루에 세 번씩 일주일간 눈에 넣어주면 눈병이 낫는다(의학과학원 동의학연구소 민간요법연구실, 1990).

IV. 연구결과 및 논의

열이 날때의 민간요법으로 ‘물수건을 머리에 엷는다(45.9%)’로 가장 많았으며, ‘침을 맞는다(8.1%)’, ‘볶은 쪽파와 메밀로 죽을 쑤어 먹는다(5.4%)’의 순이었다. 물수건을 사용하는 것은 지금도 행하고 있음 간호의 한 방법이며, 메밀은 감기치료에 효과가 있는데(유태중, 1995 : 홍문화외, 1995), 기운을 돕고 정신을 맑게 한다고 하였다(최태섭, 1990). 파는 혈액순환을 활발하게 하고, 발한작용이 있고, 열을 내리며, 가래배출을 촉진한다.(임중 외, 1991 ; 김창우, 1995 ; 홍문화, 1995) 또한 소염작용도 있다(임중 외, 1991). 따라서 감기에 좋다(전영순 외, 1994 ; 홍문화, 1995 ; 유태중, 1996). 감기에 걸렸을 때는 파의 흰줄기 부분을 잘게 썰어 된장을 푼 뜨거운 물에 넣었다가 잠들기 전에 마시면 증상이 한결 나아진다(신재용, 1996). 즉, 해독작용, 발한작용이 있으므로 몸의 붓기, 목이 아플 때, 감기 등에 약효가 있다(임용규, 유등자, 1989). 또 소금물, 마늘물을 먹었는데, 소금도 해열, 감기에 좋다고 하였다(하선정, 1991). 마늘은 감기, 발한, 기침, 기관지천식, 가래배출을 용이하게 하며(임용규, 유등자, 1989 ; 임중 외, 1991 ; 전영순 외, 1994 ; 홍문화 외, 1995 ; 성낙기, 1996), 이라신이라는 성분으로 감기, 소장염에 효과가 있다(동의과학원, 1993). 또 ‘달여 마신다’의 재료로 승마, 수입, 칩뿌리, 땀유자, 풀, 쪽을 이용하였다. 칩은 갈근이라하여 발한, 해열, 진통제로서(임용규, 유등자, 1989 ; 임중 외, 1991) 입이 마르고 코막히며 두통이 있는 초기감기에 좋다(진태준, 1997). 칩뿌리 9~5g을 물

200 ml 에 달려 하루에 3번 나누어 먹는다(동의과학원, 1993). 유자도 감기에 효과가 좋으며(유태중, 1995; 홍문화외, 1995), 꿀은 영양작용을 하여(유태중, 1993), 열이 났을 때 에너지를 공급하여 주고, 씩은 만병치료약(류상채, 1995)으로 비타민C 가 많아 감기치료와 예방에 효과가 좋으며 해열효과가 있다(유태중, 1996). 그외에 누에, 벌레, 메주를 이용하였는데, 메주는 된장으로 발열에 효과가 있다고 하였다(장두석, 1995). 특이한 것은 선인장 가시를 붙였으며, 돼지피를 발랐다.

<열이 날 때>

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|---|----|-------|
| 물수건을 머리에 얹는다. | 17 | 45.9 |
| 침을 맞는다. | 3 | 8.1 |
| 볶은 쪽파와 메밀로 죽을 쑤어 먹는다. | 2 | 5.4 |
| 막걸리(보리누룩)와 찹쌀로 오메기떡을 죽같이 만든 뒤, 석달동안 두었다가 메밀죽에 섞어 먹는다. | 1 | 2.7 |
| 찬물을 마신다. | 1 | 2.7 |
| 소금물을 마신다. | 1 | 2.7 |
| 마늘물을 마신다. | 1 | 2.7 |
| 승마를 말려서 가루로 먹거나 달여 마신다. | 1 | 2.7 |
| 수입을 달여 마신다. | 1 | 2.7 |
| 참뽕리를 달여서 마신다. | 1 | 2.7 |
| 맹유자와 꿀을 함께 달여 마신다. | 1 | 2.7 |
| 풀을 달여 먹는다. | 1 | 2.7 |
| 쑥물을 먹는다. | 1 | 2.7 |
| 누에액을 짜서 먹는다. | 1 | 2.7 |
| 나무속 있는 벌레를 먹는다. | 1 | 2.7 |
| 뭍은 메주를 먹는다. | 1 | 2.7 |
| 선인장 가시를 붙인다. | 1 | 2.7 |
| 돼지피를 바른다. | 1 | 2.7 |
| 계 | 37 | 100.0 |

속이 쓰릴 때의 민간요법으로는 응답수 30 지 중 '설탕물이나 꿀물을 마신다(33.3%)', '쑥즙을 마신다(20.0%)', '된장국, 배추국을 끓여 먹는다(10.0%)' 순으로 나타났다. 응답 중 설탕물이나 꿀물은 단 것을 먹는다는 것에 공통점을 두어 같은 응답으로 포함시켰고, 된장국과 배추국을 같은 것으로 보았는데, 일반적으로 배추국에 된장을 많이 사용했기 때문이다.

설탕은 피로회복을 시키며(하선정, 1991; 홍문화 외, 1995), 힘과 열을 제공하고, 신체의 원활한 기능을 유지하게 한다(송원욱, 1995). 위통에는 백합 40g에 물 한 사발을 넣고 한집 정도로 달여 설탕가루를 타서 먹는다고 하였다(원홍림, 영래, 1994). 설탕을 이용한 방법에는 술에 설탕을 타서 마셨고, 냉유자를 마시기도 하였다. 씩은 위장에

관한 병, 복통에 좋으며(류상채, 1996; 유태중, 1996) 꿀은 위궤양에 사용되는데, 유기체의 방어력을 높이고 병든 부위의 대사과정을 빠르게 한다(하선정, 1991; 최하, 1992). 통증을 멈추는 작용이 있어 갑자기 아프거나 통증이 심할 때 사용한다(최하, 1992). 또 보위작용으로 비위장 소화기의 기능을 기르고 위를 보호한다(신재용, 1996), 배추는 정장효과가 있어(홍문화 외, 1995) 위와 장의 기능을 원활하게 한다(신재용, 1996). 된장은 위장병이나 위장이 허약한데 좋은 음식이라 말하고 있다(류상채, 1996; 전용순 외, 1994). 소화흡수가 대단히 잘 된다(유태중, 1993). 위궤양에 양배추즙을 내서 먹거나 그대로 먹거나 데쳐서 먹어도 좋다고 하였다. 위와 복부의 냉통에는 끓인 물에 검질을 벗긴 마늘 세쪽을 찢어 넣고 약간의 식초 또는 술을 타서 마신다고 하였다(원홍림, 영래, 1994). 또 소금물은 염증 진정작용을 하고(성낙기, 1996), 소금은 소화불량 방지, 위장강화를 한다(하선정, 1991). 위통에는 소금물을 먹는데 소금을 큰 칼위에 한줌 놓고 불에 달구면 벌정계 되는데 이것을 한 컵이 물에 넣어 뜨거울 때 마신다고 하였다(원홍림, 영래, 1994).

'달여 마신다'의 재료로는 취과 익모초를 사용하였다. 취은 구역질과 설사를 멎게 한다(임중 외, 1991). 아마드제인, 다이드진 등의 성분이 함유되어 있어 고열, 두통, 고혈압, 설사나 컷병에도 쓴다. 대개 물을 넣고 달이지만 가루로 빵아 쓰기도 한다. 중국의 <산본초경>에는 '갈근은 소살, 신열, 구토와 모든 마비증을 다스리고 음기를 일으키고 모든 독을 풀어주며 음식을 소화시킨다'로 되어 있으며, <본초강목>에는 갈근은 울화를 흩어 버리고 술독을 풀어주며 갈꽃은 腸風을 다스린다고 기록되어 있다(이유미, 1995). 소화불량, 두통, 빈혈, 이질, 복통, 설독, 감기, 구토, 부인들의 하혈에 약으로 쓰이고 민간에서는 위장약으로 이용된다(신재용, 1996). 물에 달여서 복용하거나 물에 걸러서 가루를 만들어 물에 타서 복용한다(허준, 1992). 그의 고구마를 먹거나 배추를 삶아 먹고 침을 맞기도 하였다. 고구마는 대장암을 예방하는데 좋다(홍문화 외, 1995). 전북지역의 일부 농촌을 대상으로 한 연구에서도 쑥즙을 먹는 것, 단 것을 먹는 것, 뜨거운 국물이나 찬물을 마시는 것 등의 민간요법을 사용하였다(김남선, 1987).

속이 쓰릴 때 민간요법으로는 주로 마시거나 먹는 방법이었고 식물성을 이용하였다.

체했을 때는 응답수 40개 중 '손가락을 땀다(35.5%)', '쏟아 내린다(17.5%)', '체 내리는 곳에 간다(10.0%)' 순으로 나왔다. 손가락을 따거나 쏟아 내리는 행위는 일차

<속이 쓰릴 때>

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|----------------|----|-------|
| 설탕물을 마신다. | 7 | 23.3 |
| 쭈즘을 마신다. | 6 | 20.0 |
| 꿀물을 마신다. | 3 | 10.0 |
| 소금물을 마신다. | 3 | 10.0 |
| 된장(배추)국을 먹는다. | 3 | 10.0 |
| 술에 설탕을 타서 마신다. | 1 | 3.3 |
| 냉유자를 마신다. | 1 | 3.3 |
| 침뿌리를 달여 마신다. | 1 | 3.3 |
| 익모초를 달여 마신다. | 1 | 3.3 |
| 따뜻한 물을 마신다. | 1 | 3.3 |
| 생고구마를 먹는다. | 1 | 3.3 |
| 배추를 삶아 먹는다. | 1 | 3.3 |
| 침을 맞는다. | 1 | 3.3 |
| 계 | 30 | 100.0 |

적으로 가정에서 응급처치방법이며, 효과가 없으면 체내리는 곳을 찾아 갔다. 또 기술적 방법으로 '등을 두드리려 준다', '굵은 소금으로 아픈 부위를 문지른다', '배꼽을 좌우로 비튼다' 등이 있다. 등을 두드리거나 쓸어 주거나 체내리는 곳에 가는 행위는 급체시 소쓸개나 피마자기름, 참기름을 먹고 배를 문지르면 금새 트림이 나며 체가 내려간다고 한다 것과 같은 맥락이다(이철호, 1995). 전북의 일부 농촌에서도 등을 두드리려고 사관을 땀다(김남선, 1987)하여 일치성을 찾을 수 있다.

또한 설탕물, 소금물, 무즙을 마셨는데, 돼지고기를 먹고 체한 데는 꿀, 엿, 설탕가루 등 한가지를 많이 먹는다고 하였다(원홍림, 영해, 1994). 소금은 적당히 섭취하면 소화가 잘 되는데(최하, 1992), 좁쌀과 소금을 각각 3 : 1의 비례로 섞어서 1~2일간 두었다가 볶아서 가루내어 한 번에 한 숟가락씩 하루에 3번 먹는다고 한다(원홍림, 영해, 1994). 무는 소화불량에 효과가 있으며(임중 외, 1991), 소화흡수를 촉진하고(유태종, 1995 ; 홍문화 외, 1996), 위장 강장제이다(하선정, 1991). 무에는 녹말당화효소가 들어 있으므로 생무를 먹으면 효소의 도움으로 소화가 잘 된다. 특히, 무즙을 짜서 먹으면 소화 못지 않은 효력이 나타난다(동의과학원, 1993). 체한데, 위가 거북할 때 사용하며(홍문화 외, 1996 ; 류상채, 1996), 두부를 먹고 체하거나 메밀을 먹고 체한데는 적당한 양의 무를 찜어 즙을 내어 한 번에 두 종지씩 하루에 3~4번 먹는다. 콩 또는 콩으로 만든 음식에 체했을 때도 무즙을 한 대접씩 2~3번 마신다(원홍림, 영해, 1994). 무생즙을 진하게 해서 꿀을 조금 타서 먹는다(이철호, 1995).

빛자루 태운 재, 숫검맹이, 산디얼매를 태워 먹는 것 등

은 '재'를 이용하는 방법으로 숫가루는 위경련, 위궤양, 소화불량 등의 소화기질환에 사용되며, 설사, 이질, 소화불량, 위궤양 등에는 숫가루를 한숟가락 정도 물에 타서 빈 속에 마신다(최하, 1992). 배에 가스가 심할 때에는 숫가루 한 숟가락을 물로 삼키면 된다고 하였고, 먹고 체한 식품에 약간의 소금을 쳐서 밀폐된 그릇 속에서 태워 낸 가루를 한숟가락을 술이나 꿀껌질을 달인 물로 먹는다고 한다(원홍림, 영해, 1994). 혹은 체한 음식을 태워서 가루를 내어 미지근한 물에 타서 마신다고 하였다(문화방송, 1993).

호박은 보통에 사용하며(임중 외, 1991), 소화흡수를 촉진하는데(유태종, 1996), 호박씨를 먹었다. 그외 고사리가루, 생생가루를 물에 타서 마셨고, 특이한 것은 나뭇지를 목에 묶어 두는 것이 있었다.

체했을 때는 물리적인 방법과 내복하는 민간요법을 사용하였다.

<체했을 때>

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|----------------------|----|-------|
| 손가락을 땀다. | 14 | 35.5 |
| 손바닥으로 가슴을 쓸어 내린다. | 7 | 17.5 |
| 체내리는 곳에 간다. | 4 | 10.0 |
| 등을 두드리려 준다. | 1 | 2.5 |
| 굵은 소금으로 아픈 부위를 문지른다. | 1 | 2.5 |
| 배꼽을 좌우로 비튼다. | 1 | 2.5 |
| 설탕물을 마신다. | 3 | 7.5 |
| 소금물을 마신다. | 1 | 2.5 |
| 무즙을 마신다. | 1 | 2.5 |
| 고사리 가루를 물에 타서 마신다. | 1 | 2.5 |
| 생생가시 가루를 물에 타서 마신다. | 1 | 2.5 |
| 빛자루 태운 재를 물에 타서 마신다. | 1 | 2.5 |
| 숫검맹이물을 마신다. | 1 | 2.5 |
| 산디얼매를 태워 먹는다. | 1 | 2.5 |
| 호박씨를 먹는다. | 1 | 2.5 |
| 나뭇지를 목에 묶어 둔다. | 1 | 2.5 |
| 계 | 40 | 100.0 |

치질이 있을 때 응답수 27개 중 '쭈즘질(18.5%)', '소금물 좌욕(11.5%)', '호박증기찜질(7.4%)'로 나타났는데 응답수가 적은 것은 치질에 관한 민간요법이 성행하지 않은 것으로 사료된다. 응답결과를 보면, 소앵이뿌리, 버섯, 뱀딸기나무, 너삼뿌리, 부채손풀, 말뚝, 수증기, 호박, 오나리뿌리 등 나무나 풀의 증기를 쪼이거나 찜질하는 방법을 주로 사용했음을 알 수 있다. 찜질은 세계 여러 곳에서 실시해 온 민간요법으로 목욕탕의 온, 냉탕을 왔다 갔다 하는 방법, 온탕만 사용하는 방법, 타올을 썬서 몸이나 환부에 대고 찜

질하는 방법, 수증기로 하는 방법이 있다(최하, 1992). 현대의 간호에도 치질 부위를 따뜻하게 적신 수건, 면봉 등을 이용해서 국소적 습열을 제공해 주는 것이 치료에 효과적이라고 한다(서문자 외, 1996).

쑥은 치질에 효과가 있어(진태준, 1997) 약쑥을 달여 찜질한다(문화방송, 1995). 말뚝을 사용할 때는 요강에 넣고 삶아서 수시로 김을 쏘인다(문화방송, 1995).

바르는 방법에는 송진, 통지열매를 이용하였는데, 송진은 잣나무의 송진을 바르기도 하고, 소나무 송진 2개에 참기름을 약한 불에 데워 넣고 끓여서 먹기도 하였다(문화방송, 1995). 또 무화과열매로 문질렀는데, 무화과는 치질에 좋고(류상채, 1996; 홍문화 외, 1995; 진태준, 1997), 무화과열매를 먹거나 나무의 액을 발랐다(문화방송, 1995). 열매의 주성분은 당질로 20~45%의 당분과 구연산, 사과산, 초산 등을 함유하고 있다. 열매에는 변을 잘 통하게 하는 정장작용이 있어서 변비증이나 치질로 고생하는 사람에게 꼭 알맞다. 그대로 먹기 보다는 말려서 물에 달여 마시면 효과가 있다(임웅규, 유등자, 1989). 그 외에 꼬막을 먹기도 하고 물로 씻거나 침으로 찌르기도 하였다. 꼬막을 어패류로 볼 때, 조갯살도 치질 등에 쓴다(과학백과사전 출판사, 1990).

치질이 있을 때는 주로 찜질, 도포, 문지르는 방법, 내복의 방법 등을 사용하였다.

설사할 때 응답수는 49개로 많은 응답이 나왔다. 그중에서 '흰죽을 먹는다(12.2%)'가 있었고, '계란을 이용하는 것(16.2%)'가 가장 많았는데, 사용한 방법은 '삶은 계란을 먹는다(10.2%)', '계란노른자를 먹는다(2.0%)', '계란후라이 해서 먹는다(2.0%)', '계란과 고사리를 함께 볶아서 먹는다(2.0%)' 등이었다. 또한 숫검뎀이를 먹는 경우(12.2%)도 있었는데, 사용된 방법으로는 '물에 타서 먹는다(8.2%)', '죽에 타서 먹는다(4.0%)' 등이었다. 그리고 '쑥즙이나 쑥차를 마신다(8.2%)', '소주나 술에 설탕이나 꿀을 타서 마신다(8.2%)' 등으로 응답했다.

흰죽이나 좁쌀미음을 먹는다는 것은 현재에도 많이 사용하는 방법으로 쌀뜨물은 설사에 좋으며(진태준, 1997), 계란은 위장병에 좋다(류상채, 1996). 찜계란을 먹거나 노른자와 사이다를 섞어서 먹는다(문화방송, 1987). 숫가루는 위장병 환자에게 찜질을 하면 효과적이며(류상채, 1996), 고운 숫가루를 차 숟가락으로 반 숟가락씩 하루 2~3번 먹는다(월홍림, 영해, 1994).

이와 더불어 설탕도 이용하였는데, 설탕물을 먹거나 소주 혹은 사이다에 설탕을 타서 먹었다. 소주는 처음에

<치질이 있을 때>

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|----------------------------------|----|-------|
| 쑥찜질을 한다. | 5 | 18.5 |
| 소금물로 좌욕한다. | 3 | 11.5 |
| 호박달인 증기로 찜질한다. | 2 | 7.4 |
| 담배꽂초로 찜질은 한다. | 1 | 3.7 |
| 소앵이뿌리를 썰어서 소금과 백반을 넣어 삶은 후 찜질한다. | 1 | 3.7 |
| 버섯을 쪄 뒤 그 증기를 쐬다. | 1 | 3.7 |
| 뽕말기나무를 쪄 요강에 넣은 후 그 증기를 쐬다. | 1 | 3.7 |
| 너삼뿌리를 쪄 뒤 그 증기를 쐬다. | 1 | 3.7 |
| 부채손을 태워서 그 연기를 쐬다. | 1 | 3.7 |
| 풀을 태운 연기를 쐬다. | 1 | 3.7 |
| 말뚝연기를 쐬다. | 1 | 3.7 |
| 수증기를 쐬다. | 1 | 3.7 |
| 오나리뿌리를 쪄 뒤 그 증기를 쏘아거나 삶아 먹는다. | 2 | 7.4 |
| 송진을 기름과 섞어서 바른다. | 1 | 3.7 |
| 통지열매를 갈아서 바른다. | 1 | 3.7 |
| 무화과열매로 문지른다. | 1 | 3.7 |
| 꼬막을 먹는다. | 1 | 3.7 |
| 침으로 찌른다. | 1 | 3.7 |
| 뜨거운 물로 씻는다. | 1 | 3.7 |
| 계 | 27 | 100.0 |

는 약용으로 사용되었다(유태중, 1993). 꿀은 위장이 약한 사람에게 좋으며(유태중, 1993), 설사환자에게 꿀을 먹으면 설사하는 횟수가 적어진다(최태섭, 1990). 조변작용으로 설사, 이질에 좋다(신재용, 1996). 밀가루 적당한 양을 거무스레하게 볶아서 한 번에 40~60g씩 하루에 3번 더운 물이나 꿀물, 설탕물에 타서 먹는다(원홍림, 영해, 1994).

쑥은 복통(김영일, 1991; 유태중, 1996), 위장에 관한 모든 병(류상채, 1996), 토사에 효과적이고(유태중, 1996). 또한 쑥과 엿을 끓여서 먹는다(문화방송, 1987). 즉, 쑥차나 쑥즙으로 먹었다.

또 마늘물, 소다물, 보리차, 가지달인 물을 마셨는데, 마늘은 마늘을 껍질채로 구운 다음 껍질을 벗기고 2~3쪽씩 하루 3번 끼니전에 먹는다. 마늘에 들어 있는 식물성살균소는 대장염을 일으키는 병원성 대장염을 비롯한 여러 가지 병균을 죽인다. 만성대장염으로 오는 설사에도 오랫동안 쓰면 효과가 나타난다(동의과학원, 1993).

먹는 것으로는 선감, 바나나, 익모초, 국수, 닭엿을 먹었는데 감은 설사에 효과적이라고 하였으며(유태중, 1995), 감은 위장기능을 활발하게 하고 자을 튼튼하게 하는 작용을 한다. 설사나 배탈이 났을 때 감 한 개에 우유 한컵을 부은 뒤, 꿀을 한숟가락 넣고 감이 흐물거릴

때 까지 끓인 다음 마시면 잘 낫는다(신재용,1996).
그외에 껌질, 꽃, 잎 등을 이용하였다.

<실사할 때>

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|---------------------------|----|-------|
| 흰죽을 먹는다. | 6 | 12.2 |
| 좁쌀미음을 먹는다 | 1 | 2.0 |
| 산디를 갈아 만든 죽에 숯가루를 넣어 먹는다. | 1 | 2.0 |
| 죽에 숯검정을 넣어 먹는다. | 1 | 2.0 |
| 술검정을 물에 타서 마신다. | 4 | 8.2 |
| 삶은 계란을 3개 정도 먹는다. | 5 | 10.2 |
| 계란후라이를 먹는다. | 1 | 2.0 |
| 계란노른자를 먹는다. | 1 | 2.0 |
| 계란과 고사리를 볶아서 먹는다. | 1 | 2.0 |
| 소주(술)에 설탕(꿀)을 타거나 끓여 마신다. | 4 | 8.2 |
| 밀가루를 술에 한순가락 풀어 마신다. | 1 | 2.0 |
| 쑥즙, 쑥차를 마신다 | 4 | 8.2 |
| 사이다에 계란노른자를 넣어 마신다 | 2 | 4.1 |
| 사이다를 (설탕을 타서) 마신다. | 2 | 4.1 |
| 따뜻한 설탕물을 마신다 | 1 | 2.0 |
| 마늘물을 마신다. | 1 | 2.0 |
| 소다물을 마신다. | 1 | 2.0 |
| 보리차를 마신다. | 1 | 2.0 |
| 가지를 먹거나 껌질 달인 물을 마신다. | 2 | 4.1 |
| 선 감을 먹는다. | 3 | 6.1 |
| 바나나를 먹는다. | 1 | 2.0 |
| 익모초를 먹는다. | 1 | 2.0 |
| 국수를 먹는다. | 1 | 2.0 |
| 담뱃을 먹는다. | 1 | 2.0 |
| 끓는다 | 2 | 4.1 |
| 계 | 49 | 100.0 |

변비일때의 민간요법으로는, '채소를 먹는다(28.9%)'가 가장 많았는데, 식물성식물인 채소나 과일을 많이 먹고 매일 배변하는 습관을 들이는 것이 좋다고 하였다(이철호, 1995). 채소와 과일을 이용한 방법은 당근과 사과를 갈아서 아침 공복에 1컵씩 마시면 매우 효과적인데(홍분화, 1996), 당근만 갈아 먹어도 좋다(월홍림, 영해, 1994). 특히, 당근의 펙틴은 장의 운동운동을 조절한다(동의과학원, 1993)

'기름을 먹는 방법'은 29.0%로 참기름, 열매기름, 동백기름, 유채기름을 이용하였다. 이와 유사한 것으로 돼지고기비계나 기름진 고기를 먹기도 하였다. 참기름은 변비에 사용되는데(홍분화, 1996 ; 이철호, 1995), 노인 혹은 몸이 허약한 사람이 변비일때는 꿀 100g, 참기름 50 ml를 한 번에 더운 물로 먹는다. 이렇게 하루에 2번 먹는다(원홍림, 영해, 1994). 피마자기름(아주가리 기름)은 변비를 치료하는 관장약으로 피마자유와 벌꿀을

반반씩 섞은 다음 뜨겁게하여 조금씩 자주 마시면 잘 낫는다(신재용, 1996). 또 피마자기를 반대쪽에 꿀 반대 점을 잘 섞어 따뜻하게 하여 마신다(원홍림, 영해, 1994).

그외에 미역, 감자, 고구마, 달래, 생닭을 먹었는데, 미역도 변비치료에 효과적인데(하선정, 1991 ; 전영순 외, 1994 ; 이철호, 1995 ; 홍분화 외, 1995 ; 신재용, 1996), 미역의 끈끈한 성분과 복합다당류는 장의 점막을 자극해서 소화작용을 높여 주는 정상작용을 하기 때문에(유태중, 1993) 매일 아침 식전에 미역을 삶아 한사발씩 먹는다(월홍림, 영해, 1994). 감자는 변비치유에 사용되는데(김창무, 1995), 감자에는 펙틴이라는 물질이 들어 있어 이 펙틴은 장의 운동을 세계하여 음식물의 소화흡수를 잘 되게 한다. 또한 펙틴은 장 속에 있어야 할 미생물들이 잘 자라도록 하면서 장 속에 들어 온 음식물이 부패되지 못하게 한다. 펙틴은 변비를 막는데도 좋은 작용을 한다(동의과학원, 1993). 감자의 전분을 스프 또는 떡을 만들어 적당히 먹으면 효과적이며(홍분화, 1996), 적당 양의 생감자를 깨끗이 씻어 즙을 내어 그것을 한 번에 반컵씩 하루에 3번 빈속에 먹는다. 이렇게 2주일간 연속 먹는다(원홍림, 영해, 1994). 고구마(송원옥, 1995 ; 전영순 외, 1994 ; 유태중, 1995 ; 홍분화와, 1995)와 돼지고기도 변비(홍분화 외, 1995) 달래는 무기질과 비타민이 골고루 들어 있으며 칼슘과 비타민C가 풍부하다. 불면증, 장염, 위염에 효험이 있으며 위장을 튼튼하게 하고 장의 기능을 도우며 신경을 안정시키는 약재이다(신재용, 1996).

관장의 방법으로 빨래비누와 감자떡비누를 이용하였다. 빨래비누를 새끼손가락 굵기로 깎아서 항문에 깊이 밀어 넣는다(원홍림, 영해, 1994).

변비일 때, 채소, 과일, 기름류를 먹었으며, 관장을 하기도 하였다.

황달이 있을때, 응답수 27개 중 10개의 응답이 말을 이용하는 경우(36.7%)로써 주로 성산, 중문, 상여, 표선 지역에서 '말고기를 먹는다(18.5%)', '말가죽을 얼굴에 쓰고 잔다(14.5%)', '말의 피를 바른다(3.7%)'라고 했다. 또 해산물, 고동, 조개 삶은 물을 마신다고 한 응답은 18.5%로 조개는 간장기능의 회복에 좋으며(전영순 외, 1994), 조개의 기본 약효성분은 다우린으로 간에 장애가 왔을 때 개선하는 작용이 있으며 간세포막을 보호하는 작용도 있다. 그러므로 약물성 간장애, 만성간염 등이 있는 사람들이 조개를 먹으면 간장애를 빨리 회복한다. 민간에서는 붓기, 황달, 술독을 푸는데, 물에 쏘

<변비일 때>

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|-------------------------|----|-------|
| 채소를 먹는다. | 11 | 28.9 |
| 키위를 먹는다. | 3 | 7.9 |
| 당근을 먹는다. | 2 | 5.3 |
| 아침에 물을 마신다. | 2 | 5.3 |
| 열매를 기름내어 먹는다. | 2 | 5.3 |
| 참기름을 먹는다(먹은 후 찬물을 마신다). | 3 | 7.9 |
| 참기름과 계란을 섞어 먹는다. | 2 | 5.3 |
| 피마자기름을 먹는다. | 2 | 5.3 |
| 동백기름을 먹는다. | 1 | 2.6 |
| 유채기름을 먹는다. | 1 | 2.6 |
| 돼지고기비계를 먹는다. | 1 | 2.6 |
| 기름진 고기를 먹는다. | 1 | 2.6 |
| 미역을 참기름에 볶아서 먹는다. | 1 | 2.6 |
| 감자를 갈아서 먹는다. | 1 | 2.6 |
| 고구마를 먹는다. | 1 | 2.6 |
| 달래를 먹는다. | 1 | 2.6 |
| 생닭을 회쳐서 먹는다. | 1 | 2.6 |
| 자귀나무껍질을 달여 먹는다. | 1 | 2.6 |
| 빨래비누를 갈아서 향문에 집어 넣는다. | 1 | 2.6 |
| 감자떡비누를 넣어서 손가락으로 긁어낸다. | 1 | 2.6 |
| 계 | 38 | 100.0 |

였을 때 사용한다(동의과학원, 1993). 가막조개와 물을 각각 1되씩 끄는듯한 불에 한 시간정도 끓인 다음 조개를 건져내고 국물이 약 3홉이 되도록 줄인 다음 간을 맞추어서 하루 네 번정도 오랫동안 복용한다(이철호, 1995). 간장병, 담석증 환자에게 효과적이라고 하였다(유태중, 1996). 특히 조갯살은 황달을 낫게 한다(과학백과사전출판사, 1990). 황달에 꿀병이, 우렁이를 먹으면 좋다고 한다(원홍림, 영해, 1994 ; 이철호, 1995).

또한 식물성으로 들국화즙, 취나물 뿌리 삶은 물, 참외꼭지 달인 물, 녹두나물 달인 물, 녹두 삶은 물과 과일을 먹었다. 무를 즙을 내어 한 번에 한 컵씩 하루 세차례씩만 식후에 오랫동안 복용하면 치유할 수가 있다(이철호, 1995). 참외는 황달에 사용되는데(김창무, 1995), 참외꼭지 3.75g을 불에 구워 가루내어 남자는 왼쪽 콧구멍으로, 여자는 오른쪽 콧구멍으로 매일 수시로 들어 마시면 코점막을 자극하여 콧물의 양이 많아지면서 누린 물이 나온다(원홍, 영해, 1994 ; 동의과학원, 1993). 녹두는 간을 튼튼하게 하는 작용을 하며 눈을 맑게하고 마음을 안정시키는 효과도 있다. 또한 해독작용도 있다. 녹두 한되에 물 다섯되를 붓고 물이 도되 가량으로 줄 때까지 끓이다 자루에 넣고 찬 다음 꿀이나 설탕을 넣어 먹으면 된다. 이를 자주 마시면 몸안에 쌓인 독이 풀리고

정신이 맑아진다. 소변이 원활해지는 효과도 느낄 수 있다(신재용, 1996). 궁병이도 간병에 효과가 크다(류상채, 1996)

황달이 있을 때 사용했던 민간요법들은 말, 식물류, 해산물, 벌레류를 이용하였다.

<황달이 있을 때>

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|--------------------------------|----|-------|
| 말고기를 먹는다. | 5 | 18.5 |
| 말가죽을 얼굴에 쓴다(쓰고 잔다) | 4 | 14.5 |
| 말의 피를 바른다. | 1 | 3.7 |
| 들국화즙을 마시거나 들국화가루를 먹는다. | 2 | 7.4 |
| 질경이즙을 마신다. | 1 | 3.7 |
| 취나무뿌리 삶은 물을 마신다. | 2 | 7.4 |
| 박달나무를 달여 마신다. | 1 | 3.7 |
| 녹두 삶은 물을 마신다. | 1 | 3.7 |
| 참외꼭지를 달여 먹는다. | 1 | 3.7 |
| 과일을 먹는다. | 1 | 3.7 |
| 생 무우를 먹는다. | 1 | 3.7 |
| 해산물을 먹는다. | 1 | 3.7 |
| 고동, 조개(삶은 물)를 먹는다. | 3 | 11.1 |
| 바닷가 돌 틈에 있는 좁쌀만한 하얀 것을 썰어 먹는다. | 1 | 3.7 |
| 바퀴벌레를 빵아 먹는다. | 1 | 3.7 |
| 굼벵이를 달여 먹는다. | 1 | 3.7 |
| 계 | 27 | 100.0 |

허리가 아플 때에는 응답수 38개 중 ‘따뜻한 곳에 눕는다(16.7%)’, ‘침을 맞는다(8.3%)’, ‘밟고 두드린다(8.3%)’, ‘쭈뼌을 한다(8.3%)’ 의 순이었으며, 개똥을 이용한 경우는 ‘물에 풀어 마시거나 구워서 찜질한다(5.6%)’로 나왔는데, 일반적으로 허리가 아플 때 따뜻한 곳에 눕는데, 온찜질에 해당하는 것으로, 이 방법은 요즘에도 병원이거나 가정에서 사용하고 있는 물리치료법과 연관성이 있다고 하겠다. ‘돌을 뜨겁게 구워 허리에 놓는다’도 여기에 해당되며, 물리적인 방법으로 ‘밟고 두드린다’, ‘빗자루로 등을 친다’, ‘물에 맞는다’ 등으로 안마치료를 등뼈누르기를 하거나 물맛이를 하는 덕수치료를 하기도 한다(동의과학원, 1993). ‘눕는다’에서는 따뜻한 곳에, 저술살이풀이나 담쟁이덩굴을 깔고 누웠다. ‘깔고 눕는다’는 방법은 술잎개게는 신경쇠약증에 효과가 있으며, 신경통이나 풍증을 치료할 때는 한증막에 술잎을 깔고 술잎땀을 흘린다(이유미, 1995)와 의미가 상통한다.

개똥물은 갑자기 허리 아플 때나 허리에 충격을 받았을 때 효과가 있다(진태준, 1977). 박하, 소나 말의 뼈를

달인 물, 소 쓸개즙, 지네가루와 계란을 반죽하여 만든 환, 저슬사리 풀을 사용하였다고 하는데, 박하는 진통제의 효과가 있고(김영일, 1991), 썩은 통증에 좋으며(류상채, 1996; 유태중, 1996), 요통에 좋다(홍문화 외, 1995). 소뼈, 말뼈를 이용하는데 있어, '소뼈를 먹는다'는 허리가 쭈시고 양기가 부족할 때 잘게 썬 소꼬리 또는 소콩팔에 검은 콩을 섞고 물을 많이 부어 약한 불로 달여 한 번에 한 공기씩 하루에 3번 식후에 먹는다는 것으로(원홍림, 영해, 1994) 보아 몸을 보하는 의미인 것 같다. 지네는 허리 아플 때(김영일, 1991) 삶아서 먹었고(문화방송, 1987), 신경통에도 좋다고 한다(진태준, 1977). 혹은 쥘래, 지네 2마리를 당호박에 3홉의 물에 넣어 2홉이 되게 달여서 하루 세차례씩 장보을 하면 특효가 있다(이철호, 1995). 또 호박 속에 쥘래와 지네를 넣고 달인 물을 하루에 세차례씩 장복하면 허리디스크로 인한 요통의 개선에 효과가 있다는 민간요법으로 많이 사용되는 방법이다(임웅규, 유등자, 1989)

허리가 아플 때는 찜질, 물리적 방법, 눕는 것, 내복 등의 방법을 이용하였다.

오줌이 잘 안 나올 때는 응답수 33개 중 '쌀뜨 물(18.2%)', '질경이를 달여 마시거나 빵아 먹는다(15.2%)', '옥수수 수염을 달여 마신다(12.1%)'의 순으로 나타났다. 그외에 대죽순이나 오미자 열매 등을 다려 먹는 등 섭취방법에는 '달여 마시는' 형태가 가장 많음을 알 수 있다.

쌀은 이뇨치료에 사용하고(전영순 외, 1994), 옥수수 수염은 이뇨제로 효과적이다(전영순 외, 1994; 홍문화, 1995). 다갈색의 수염에는 이뇨작용이 있어서 신장병, 방광염에 약효가 있다(임웅규, 유등자, 1989). 질경이는 소변을 잘보게 하므로(임중 외, 1991; 유태중, 1996; 진태준, 1997) 급성이나 만성으로 오는 신장염 및 방광염에 좋다(진태준, 1997). 특별성 혈뇨증에 좋다. 위장 질환, 설사, 하혈, 노인성 요통, 음넌, 소변불통, 충혈된 눈을 치료하는 약재로 많이 쓰인다. 특히 질경이 잎에는 플라보노이드와 타닌 등의 성분이 들어 있어 소화액의 분비를 촉진시키고 기침을 멎게 하며 이뇨작용을 한다. <명의별록>에 '질경이는 코피와 하혈을 멎게 하며 소색이 붉은 증상을 다스리며 벌레를 없애준다'고 하였다. <약용식물사전>에도 질경이는 소변을 원활하게 해주고 가래를 삭히며 위를 튼튼하게 해준다고 하였다(신재용, 1996).

그외 달여 마시는 것으로는 두루메기뿌리, 하늘내기뿌리, 고장근, 대죽순, 억새풀, 유듬열매, 오미자, 벌레

<허리가 아플 때>

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|-----------------------------------|----|-------|
| 따뜻한 곳에 눕는다. | 6 | 16.7 |
| 침을 맞는다. | 3 | 8.3 |
| 밟고 두드린다. | 3 | 8.3 |
| 빗자루로 등을 친다. | 1 | 2.8 |
| 물에 맞는다. | 1 | 2.8 |
| 돌을 뜨겁게 구워 허리에 놓는다. | 1 | 2.8 |
| 박하를 돌에 뺨아서 허리에 묶는다. | 2 | 5.6 |
| 단지를 붙인다. | 1 | 2.8 |
| 저슬사리풀을 싸매거나 깔고 눕는다. | 3 | 8.3 |
| 담쟁이를 천에 싸서 찜질을 하거나 깔고 눕는다. | 2 | 5.6 |
| 쭉뺨을 한다. | 3 | 8.3 |
| 아웨낭삽해서 찜질을 한다. | 1 | 2.8 |
| 개똥을 먹거나 구워 찜질을 한다. | 2 | 5.6 |
| 계즙으로 싸맨다. | 1 | 2.8 |
| 소뼈를 먹는다. | 1 | 2.8 |
| 말뼈를 먹는다. | 1 | 2.8 |
| 조밥에 참기름을 섞어 먹는다. | 1 | 2.8 |
| 지네가루를 계란반죽하여 그늘에 말려 환을 만들어 먹는다. | 1 | 2.8 |
| 소쓸개물을 마신다. | 1 | 2.8 |
| 시루떡을 쥘 후 밀에 달라 붙어 있는 찌꺼기를 빼어 먹는다. | 1 | 2.8 |
| 계 | 36 | 100.0 |

등으로 60.5%를 차지하고 있다. 죽순은 이뇨작용을 하며 혈액을 맑게 하고 내장의 기능을 강화하며 비만을 해소해 주기도 한다(이유미, 1995). 오미자는 사람 몸안에서 물-염류대사의 균형을 바로잡는 작용을 한다(최태섭, 1990). 진해작용을하여 기관지염, 천식에 효능이 탁월하고 강장작용을 한다. 또 결핵 치료제, 자양강장제, 피로회복제, 음강보정제이기도 한다. 갈증을 없애주고, 몸에 열이 나거나 가슴이 답답할 때, 피가 머리로 몰려 생기는 홍조나 두통에, 술해독에 좋다. 약성이 완만하고 순하며 독은 물론 부작용도 전혀 없어 오래 쓸 수 있는 좋은 약이다(이유미, 1995). 소변이 뿌옇고 신허로 허리 및 등이 송곳으로 찌르는 듯 아픈데 오미자를 먹는다고 하였다(원홍림, 영해, 1994). 水臟을 따뜻하게 하고 腎을 보호해준다. 환으로 먹거나 삶아 먹어도 모두 좋다(허준, 1992).

녹차는 소변불통일 때(류상채, 1996) 이뇨작용(하선정, 1991; 홍문화 외, 1995)을 하는데 전염성 질환을 예방하고 기관지를 확장시키며 갈증을 풀어 주고 맥관계를 흥분시키며 정신적 흥분을 진정시킨다. 속이 답답하고 심장에 부담이 가거나 고혈압이나 중풍으로 정신이

흔미한 것을 풀어 주고 머리와 눈을 맑게 하며 사지근육 관절을 부드럽게 해준다(신재용, 1990). 카페인과 타닌 등의 성분이 들어 있어서 중추신경을 흥분시키고 혈액 순환을 도우며 심장을 튼튼히 하는 작용과 소변을 원활하게 하는 작용이 있다(신재용, 1996).

수박도 이뇨작용을 하며(김영일, 1991; 임중 외, 1991; 전영승 외, 1994; 김창무, 1995; 진채준, 1997), 신장의 부기를 뺀다(홍문화, 1996).

특이한 것으로는 반치즙을 마신 후에 나무에 오줌을 싸는 것이었다.

<오줌이 잘 안나올 때>

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|---------------------------------|----|-------|
| 쌀뜨물을 마신다. | 6 | 18.2 |
| 옥수수 수염을 달여 마신다. | 4 | 12.1 |
| 질경이(좁)를 달여 마시거나 빵아 먹는다. | 5 | 15.2 |
| 수박을 먹는다. | 3 | 9.1 |
| 반치(바나나 비슷한 것)즙을 마신후 나무에 오줌을 싸다. | 1 | 3.0 |
| 두루메기뿌리를 달여 마신다. | 3 | 9.1 |
| 하늘내기뿌리를 달여 마신다. | 2 | 6.1 |
| 장고지를 먹는다. | 1 | 3.0 |
| 고장근을 삶아 먹는다. | 1 | 3.0 |
| 대죽순을 삶아 마신다. | 1 | 3.0 |
| 억새풀을 달여 마신다. | 1 | 3.0 |
| 말린 유름열매를 달여 마신다. | 1 | 3.0 |
| 오미자를 달여 마신다. | 1 | 3.0 |
| 벌레를 달여 마신다. | 1 | 3.0 |
| 소금물을 마신다. | 1 | 3.0 |
| 녹차를 마신다. | 1 | 3.0 |
| 순나리(막걸리 전단제)를 먹는다. | 1 | 3.0 |
| 생쌀을 먹는다. | 1 | 3.0 |
| 계 | 33 | 100.0 |

손·발이 부었을 때는 응답수 22개 중 '호박을 달여 먹는다(40.9%)'로 가장 많았다. 호박은 부종치료(전영승 외, 1994)로, 특히, 산후부종치료(류상재, 1996; 유태중, 1996), 당뇨병의 부기제거에 효과적이라고 하였다(홍문화 외, 1995). 잘 익은 호박속을 파내고 그 곳에 팔 한줌을 넣고 삶아서 짓쪄는 다음 하루 3번 식성에 맞게 끼니 전에 먹는다(동의과학원, 1993)

'붙이는 경우'는 13.6%로 손바닥선인장이나 쇠똥을 붙였다. 또한 '담그는 경우'는 소금물을 이용하였다. 특히, 가지 끓인 물에 소금을 넣고 담겼는데 가지는 이뇨작용을 촉진한다(김양일, 1991; 홍문화 외, 1995). '달여 마시는 경우'는 49.9%로 호박외에 옥수수수염, 은행나무잎을 이

용하였다. 옥수수 수염도 이뇨작용을 촉진한다(전영승 외, 1994; 홍문화 외, 1995).

<손, 발이 부었을 때>

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|-----------------------------|----|-------|
| 호박을 달여 먹는다. | 9 | 40.9 |
| 손바닥 선인장을 갈아서 붙인다. | 2 | 9.1 |
| 말린 쑥을 갈아서 먹는다. | 1 | 4.5 |
| 옥수수 수염을 달여 마신다. | 1 | 4.5 |
| 은행나무잎을 말린 뒤 달여 먹는다. | 1 | 4.5 |
| 가지를 끓인 물에 소금을 넣고 담근다. | 1 | 4.5 |
| 소금물에 담근다. | 1 | 4.5 |
| 가시열매로 묶는다. | 1 | 4.5 |
| 쇠똥을 구워 붙인다. | 1 | 4.5 |
| 배엽유리를 뿜아 바른다. | 1 | 4.5 |
| 실이나 바늘, 침을 술에 묻혀 그 부위를 쪼른다. | 1 | 4.5 |
| 주무른다. | 1 | 4.5 |
| 뜨거운 수건을 덮는다. | 1 | 4.5 |
| 계 | 22 | 100.0 |

상처났을 때 응답수 39개 중 '쑥을 빵아 붙인다(51.2%)', 담배를 이용한 경우(12.8%)는 '담배속이나 재를 바른다(12.8%)' 등이었다. 쑥을 이용한 경우는 53.8%로 쑥은 지혈제로 좋으며 소염작용이 있다(김영일, 1991; 유태중, 1996; 진채준, 1997). 쑥잎을 따서 즙을 상처에 바른다. 피를 멈추게 하며 상처가 성하는 것을 막는다. 약쑥은 지혈뿐 아니라 균억누름작용도 있다(동의과학원, 1993). 절상을 입었을 때, 옥시폴로 소독하고 쑥이나 담배가루를 붙이면 곧 지혈이 된다(원홍림, 영해, 1994). 질경이도 지혈효과가 있으며 소염작용을 하고(임중 외, 1991; 원홍림, 영해, 1994), 질경이뿌리를 쪼아서 바른다(문화방송, 1987). 그외에도 성냥화약, 지네, 흙, 소똥, 말똥, 간장, 된장, 석유, 제인제플, 이끼, 소앵이잎, 소한잎을 이용하였다. 성냥화약은 예리한 칼이나 나에 베었을 때에는 베인 곳에서 피를 약간 짜버리고 성냥똥을 쳐대거나 담배가루를 지혈하기 위해바른다(동의과학원, 1993). 풀의 이용은 세 종류의 풀을 으깨어 붙인다고 하였고(문화방송, 1987), 진흙을 물로 이겨 환부에 붙인다고 하였다(원홍림, 영해, 1994). 역시 쇠똥을 바르는 경우가 있었으며(문화방송, 1987), 된장을 면형짚에 싸서 바르거나(문화방송, 1987) 석유에 지네를 넣고 봉해 두었다가 보름후 꺼내서 환부에 발랐다(문화방송, 1987). 또는 솜에 석유를 묻혀서 상처에 바른다. 조,강의 연구(1997)에서 '쑥즙을 바른다'(26%), '성냥황을 붙이고 들기름을 바른다'(6.5%) '고운 흙으로 덮

는다' '된장을 바른다' (4.3%)와 같이 동일한 응답을 보였다.

<상처났을 때>

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|--------------------|----|-------|
| 쭈을 빵아 붙인다. | 20 | 51.2 |
| 질경이와 쭈을 찜어서 바른다. | 1 | 2.6 |
| 담배속이나 재를 바른다. | 4 | 12.8 |
| 성냥화약을 붙인다. | 1 | 2.6 |
| 지네를 짓이겨 바른다. | 1 | 2.6 |
| 제인제풀을 바른다. | 1 | 2.6 |
| 이끼를 붙인다. | 1 | 2.6 |
| 소engi잎을 물에 적혀 바른다. | 1 | 2.6 |
| 소한잎을 말린 후 붙인다. | 2 | 5.1 |
| 흙을 바른다. | 1 | 2.6 |
| 소똥을 불에 달군 후 바른다. | 1 | 2.6 |
| 말똥을 바른다. | 1 | 2.6 |
| 간장을 끓여 바른다. | 1 | 2.6 |
| 된장을 구워 바른다. | 1 | 2.6 |
| 태운 숯에 석유를 발라 쓰낸다. | 1 | 2.6 |
| 계 | 39 | 100.0 |

화상을 입었을 때 응답수 51개 중 '소주에 담근다(25.5%)', '감자를 으개서 붙인다(21.5%)', '된장을 바른다(9.8%)' 순으로 나왔다. 대개 소주와 감자를 사용했음을 알 수 있다. 그 외에도 알로에, 썩은 오줌, 찰흙, 말기름, 상추, 배춧잎, 간장, 참기름, 계란 등을 이용한 경우도 있었다. 소주는 화상을 입자마자 비눗물로 환부를 깨끗이 씻어내고 그 위에 소주를 계속 발라 주면 얼마 안가서 통증이 사라진다. 또 환부를 배갈이나 소주에 담근다(원홍림, 영해, 1994). 오줌은 화상을 입자마자 즉시 오줌이 들어 있는 요강에 환부를 담그거나, 환부에 오줌을 끼얹고 그 위에 꿀과 참기름을 겹칠 것을 바르면 낫는다(원홍림, 영해, 1994).

감자는 화상치료에 효과적이며(하선정, 1991), 가지도 화상에 효과적이다(전영순 외, 1994). 익히지 않은 생감자를 하루에 세차례씩 4~5일간만 계속해서 갈아서 붙이면 완치할 수 있다(이철호, 1995). 고구마, 감자, 토란 등 아무것이나 강판에 갈아 담뱃불이고 붓대를 감아둔다(홍문화, 1997). 찰흙을 축축히 해서 바르며(문화방송, 1987), 오소리도 화상치료에 아주 효과적이다(류상태, 1996). 참기름은 불에 데었을 때(홍문화, 1996) 참기름과 소금을 1 : 3의 비율로 섞어 탈지면에 묻혀 환부를 싸둔다(원홍림, 영해, 1994). 된장은 참기름이나 기타 식물성기름을 바르고 그 위에 된장을 듬뿍 바른 다음 붓대를 감아둔다(원홍림, 영해, 1994). 알로에도 화상을

치료하는데 효과적이다(성낙기, 1996 ; 김영일, 1991 ; 유태중, 1996). 알로에 잎을 세로로 갈아 그 속부분을 환부에 붙인다(원홍림, 영해, 1994). 향균, 살균작용도 있어서 화상, 여드름, 무좀, 얼룩 점, 거친 피부를 방지하는데 효과가 있다(임응규, 유동자, 1989). 올리브유, 참기름, 면실유 등 아무 기름이나(석유도 무방) 형질에 추겨 놓고 그 위에 소금을 뿌려서 환부를 감아둔다(홍문화, 1997). 달걀흰자위를 바르기도 하고, 빵 굽는 소다를 달걀 흰자위로 반죽해서 상처에 바른다. 그러나 중한 화상에는 효과가 없다. 혹은 분필가루를 달걀흰자위에 개서 화상에 발라주면 즉시 통증이 가신다(원홍림, 영해, 1994). 달걀을 75% 알콜이나 술에 5분동안 담그었다가 잘 저은 다음 데 곳에 팔고루 바른다. 도는 노른자위 기름을 낸다는 바른다(동의과학원, 1993). 콩은 혈관의 탄력성을 높이며(김창무, 1995), 무릇(끼무릇, 반하)는 물집이 생겼을 때 말린 반하를 곱게 가루내어 밥과 섞은 뒤 고약처럼 이겨 기름종이나 창호지에 발라 환부에 붙여주면 아주 잘 가라 앉는다(신재용, 1996). 비슷한 방법으로 김을 물에 적혀 붙인다. 김의 색소가 독을 빨아 올리며 균을 죽이는 작용을 하므로 상처가 빨리 낫는다(동의과학원, 1993). 쥐똥을 불에 태워 곱게 빻 것을 들기름에 잘 섞어서 바른다. 혹은 쥐똥, 건느 깨, 참기름을 섞어 볶아서 바른다(문화방송, 1987).

또 초의 녹는 물에 데었을 때는 초를 녹여서 쫓물을 가제같은 형질에 묻혀 액체가 굳어 버리기 전에 환부에 붙여 주는데 하루에 세차례씩 3일간만 계속하면 곧 낫는다(이철호, 1995).

조·강의 연구(1997)에서는 '소주로 씻는다' (30.6%), '달걀노른자(흰자)를 바른다'(6.2%), '찬물로 씻고 비눗물로 씻어낸다' '된장을 바른다' '간장을 바른다' '기름을 바른다' '이끼를 붙인다' (4.1%)라고 하였다.

피부병이 있을 때 응답수 40개 중 '가시세를 이용한다(27.5%)'가 가장 많았는데, 사용방법은 달여 마신다, 씻는다, 증기를 쏘인다 등이다. '소금물로 씻는다(25.0%)', '울나무를 태워 사용한다(7.5%)' 순으로 나왔다. 소금은 소염작용이 있으며(성낙기, 1996), 해독작용이 있고, 여드름, 부스럼 방지에 좋다(하선정, 1991). 백중날 바닷물에 몸을 담구는 것은 소금물과 같은 것이라 볼 수 있으며, 가시세를 이용하는 방법 중 가시세를 술에 담궈다가 목욕하는 방법 등과 비슷하다. 또한 뱀딸기뿌리에 소금을 넣은 물로 씻었다. 가시세를 막걸리에 담궈고 하루가 지난 다음 복용한다고 하였다(문화방송, 1987).

〈화상을 입었을 때〉

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|---------------------------------------|----|-------|
| 소주에 담근다. | 13 | 25.5 |
| 소주에 담근후 고양이풀을 갈아서 붙인다. | 1 | 2.0 |
| 감자를 으개서 바른다. | 11 | 21.5 |
| 오소리술에 담근다. | 1 | 2.0 |
| 썩은 오줌에 담근다. | 1 | 2.0 |
| 냉수에 담근다. | 1 | 2.0 |
| 뽕장을 바른다. | 5 | 9.8 |
| 간장을 바른다. | 3 | 5.9 |
| 알로에를 바른다. | 2 | 3.9 |
| 참기름을 바른다. | 1 | 2.0 |
| 피마자기름을 바른다. | 1 | 2.0 |
| 말기름을 바른다. | 1 | 2.0 |
| 찰흙을 바른다. | 1 | 2.0 |
| 계란을 바른다. | 1 | 2.0 |
| 상추, 배나무잎을 갈아서 붙인다. | 1 | 2.0 |
| 콩을 갈아서 붙인다. | 1 | 2.0 |
| 무늯을 붙인다. | 2 | 3.9 |
| 바다의 가수리풀을 말린 후 붙인다. | 1 | 2.0 |
| 뽕뽕을 붙인다. | 1 | 2.0 |
| 붉은 쥐똥을 볶아서 갈은 후 유채기름, 견나물 기름을 넣어 바른다. | 1 | 2.0 |
| 초를 녹여 바른다. | 1 | 2.0 |
| 계 | 51 | 100.0 |

미나리는 비타민 A, B, C, 플라빈, 칼륨, 칼슘, 철분이 많다. 이뇨작용과 해독작용도 있다. 식중독에 걸려 몸에 두드러기가 온 몸에 심하게 날 경우, 미나리 생즙을 마시면서 가체에 적혀 바르면 한결 나은 효과를 볼 수 있다(신재용, 1996). 조사결과에서는 미나리를 갈아서 바르거나 목욕을 하였다(7.5%). 백반은 백반의 절반을 붙여 구운 것, 절반은 그대로 섞어서 술에 개어 하루에 1~2번씩 물집이나 고름이 터진 곳에 바른다. 백반은 진물이나 고름을 잘 빨아내고 딱지가 생기게 한다. 혈은데나 습진 등에 쓰면 좋다. 또는 구운 백반과 너삼부리 각각 30g을 가루내어 술 150g을 붓고 섞은 후 약천을 담가 적혀서 가려운 곳을 가볍게 비벼주면 가려움을 멈추는 효과가 있다(동의과학원, 1993).

또한 진달래꽃, 마늘, 저슬살이풀 등을 이용하였는데, 진달래꽃은 약으로 쓰는데, 한방에서는 조경의 효능이 있고 혈액순환을 활발하게하여 기침, 고혈압, 월경불순, 폐경, 하혈 등의 증상에 처방하였다. 민간에서는 관절염, 신경통, 담이 걸렸을 때, 구밖의 감기, 기침, 음 등에 달려 먹었다고 한다(이유미, 1995). 마늘은 항균력(전영순 외, 1991), 살균효과(홍문화 외, 1995)이 있으

며, 피부가 가렵고 아플 때 사용하면 좋다(류상채, 1996). 건조피부, 여드름 치료에도 좋다(하선정, 1991). 뱀딸기는 피부암치료제로(류상채, 1996) 뱀딸기풀이나 덩굴 삶은 물에 몸을 씻는다(문화방송, 1987). ‘썩물로 씻는다’는 단순히 썩만 사용하기도 하였지만 백반, 소금을 함께 넣어 사용하였다. 또한 모래찜질을 하였으며, 생선을 삶아 먹는다고 하였다.

피마자기름은 갖가지 피부병이나 종기가 났을 때, 독창에 물렸거나 발이 부르텃을 때는 피마자유를 자주 발라 주기만 해도 잘 낫는다(신재용, 1996).

전북의 일부 농촌지역에서도 소금물을 이용했다(1987, 김남신)는 연구결과가 있다.

〈피부병이 있을 때〉

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|----------------------------|----|-------|
| 소금물로 씻는다. | 10 | 25.0 |
| 백중날 바닷물에 몸을 담근다. | 1 | 2.5 |
| 가시새를 다진 후 달인 물을 마신다. | 4 | 10.0 |
| 가시새물을 술에 담근 물로 씻는다. | 1 | 2.5 |
| 가시새에 선다리를 섞어서 바른다. | 2 | 5.0 |
| 가시새와 소금을 함께 빨아서 바른다. | 1 | 2.5 |
| 가시새잎과 밤나무껍질을 삶아 바른다. | 1 | 2.5 |
| 가시새를 말린 후 기름에 볶아서 바른다. | 1 | 2.5 |
| 가시새증기를 쏘인다. | 1 | 2.5 |
| 웃나무를 태워 바른다. | 3 | 7.5 |
| 미나리를 갈아서 마시거나 바른다. | 2 | 5.0 |
| 미나리 달인 물로 목욕을 한다 | 1 | 2.5 |
| 썩물로 씻는다. | 2 | 5.0 |
| 썩, 백반, 소금을 넣은 물에 씻는다. | 1 | 2.5 |
| 뱀딸기뿌리에 소금을 넣은 물에 씻는다. | 1 | 2.5 |
| 찬물에 담근다. | 1 | 2.5 |
| 배염유리 달인 물로 목욕한다. | 1 | 2.5 |
| 저슬살이풀을 끓여 담근다. | 1 | 2.5 |
| 저슬살이나무와 개미탈나무를 삶은 물로 목욕한다. | 1 | 2.5 |
| 진달래꽃을 소금에 달여 목욕한다. | 1 | 2.5 |
| 마늘로 문지른다. | 1 | 2.5 |
| 모래뽕을 한다. | 1 | 2.5 |
| 생선을 삶아 먹는다. | 1 | 2.5 |
| 계 | 40 | 100.0 |

동상에 걸렸을 때 응답수 53개로 화상 다음으로 많은 응답이 나왔는데, ‘삶은 콩을 바른다(18.9%)’, ‘가시나무 삶은 물에 담근다(17.0%)’, ‘김치국물 끓인 물에 담근다(9.4%)’, ‘무를 구워 묽는다(9.4%)’ 순으로 나왔다. 그외에 ‘마늘물, 비자물, 두부물, 식초물, 소금물, 썩물, 백반물, 솔잎삶은 물에 담궜다’고 한다. 콩을 이용

한 방법은 30.3%를 나타냈는데, '삶은 콩을 바른다', '콩 삶은 물에 담근다', '콩주머니에 발을 담근다' 등이다. 콩은 혈관의 탄력성을 높이고(김창무, 1995), 동상 걸린 데 좋으며(류상재, 1996), 콩자루에 환부를 넣고 잔다고 하였다(문화방송, 1987). 김치를 사용한 것에는 김치 삶은 물에 담구거나 김치를 자서 발에 감은 후 양말을 신었다. 무우는 동상 치료에 효과적인데(류상재, 1996), 무를 삶아서 찌꺼기를 버리고 물을 30도 정도 덥혀서 그 속에 언 곳을 담근다(동의과학원, 1994). 또는 무를 얼려서 으개어 삶아 따뜻한 상태에서 붙인다(문화방송, 1987). 마늘도 동상에 효과적이고(김창무, 1995) 보온 효과가 있다(유태중, 1995; 홍문화 외, 1995) 마늘 한통이나 마늘대를 삶은 물로 환부를 자주 씻는다(원홍림, 영해, 1994). 혹은 마늘을 썰어서 붙이거나 마늘대를 삶아 담근다(문화방송, 1987). 식초물은 식초에 물을 약간 타서 환부를 잘 씻은 다음 바셀린을 발라준다(원홍림, 영해, 1994). 잠자기 전에 소금과 식초를 절반씩 섞어 되도록 뜨겁게 해서 형겅에 묻혀 환부를 계속 닦아준다(원홍림, 영해, 1994). 썩은 일절의 냉기 예방에 특효가 있다(진태준, 1977). 두부는 으개어서 붙이고(문화방송, 1987), 두부나 메밀묵을 1cm 나 2cm 정도의 두께로 얇게 잘라 동상이 걸린 환부의 앞뒤에 붙이되 하루에 2~3시간 붙혀 일주일간만 계속하면 놀라운 효과가 있다(이철호, 1995). 혹은 두부제조에 쓰는 간수를 붙여 없애서 더워진 다음 환부를 담그거나 붓에 묻혀 바른다(원홍림, 영해, 1994). 또 간수에 담근다(문화방송, 1987).

가지줄기 삶은 물은 동상에 좋다(김양일, 1991; 원홍림, 영해, 1994). 강판에 같은 즙을 1 일 5-6회 환부에 바르면 특효가 있다. 특히 동사으로 발이 뜬데 더욱 좋다(홍문화, 1997).

가지꼭지를 말려 삶아서 소금을 약간 타서 되도록 뜨겁게하여 자주 환부를 담구어 찜질한다(원홍림, 영해, 1994). 가지대(뿌리) 삶은 물에 담근다(문화방송). 가지가 없을 때는 가지나뭇채로 뽑아다 삶아서 그물에 담그어도 얼어서 아프고 가려운데 아주 좋다(동의과학원, 1993). 이밖에 비슷한 방법으로 푸른가지나 솔잎을 불에 넣어 달이면 누런 빛깔의 물이 나오는데 이 물을 환부에 바르거나 담구어서 찜질을 하면 특효가 있다. 하루 2차례씩 4~5일간 계속하며 2~3시간정도 담구고 있다(이철호, 1995).

쇠뿔을 이용하는데 있어 창자에 발을 넣었는데, 쇠뿔이 막 나올 때 받아 붙인다고 하였다(문화방송, 1987). 또한 마른 닭똥을 물과 함께 끓여서 동상부위를 담근다

(문화방송, 1987).

조, 강의 연구에서는 '메주콩(물)을 얼려서 자루에 담아 동상부위를 싸맨다' (40.9%), '가지줄기를 삶아 담근다' (15.8%), '마늘을 환부에 붙인다' (9.1%) 와 같은 응답이 있었다.

그외에 밀가루풀을 쑤어 바르거나 실로 묶어서 피를 내기도 하였다.

<동상에 걸렸을 때>

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|-------------------------|----|-------|
| 삶은 콩을 바른다. | 10 | 18.9 |
| 콩 삶은 물에 담근다. | 3 | 5.7 |
| 콩주머니에 발을 담근다. | 3 | 5.7 |
| 가시나뭇 삶은 물에 담근다. | 9 | 17.0 |
| 김치국물을 끓인 물에 담근다. | 5 | 9.4 |
| 김치를 찌서 발에 감은 후 양말을 신는다. | 1 | 1.9 |
| 무를 구워서 싸맨다. | 5 | 9.4 |
| 마늘을 끓인 물에 담근다. | 2 | 3.8 |
| 비자물에 담근다. | 2 | 3.8 |
| 두부물에 (소금을 섞어) 담근다. | 3 | 5.7 |
| 식초물에 담근다. | 1 | 1.9 |
| 소금물에 담근다. | 1 | 1.9 |
| 썩물에 담근다. | 1 | 1.9 |
| 따뜻한 물에 백반을 섞어 담근다. | 1 | 1.9 |
| 술잎 삶은 물에 담근다. | 1 | 1.9 |
| 찬물과 뜨거운 물에 번갈아 담근다. | 1 | 1.9 |
| 똥이 있는 소창자에 발을 넣는다. | 1 | 1.9 |
| 가지줄기 삶아 바른다. | 1 | 1.9 |
| 밀가루풀을 쑤어 바른다. | 1 | 1.9 |
| 실로 묶어서 피를 낸다. | 1 | 1.9 |
| 계 | 53 | 100.0 |

입주위가 헐었을 때 응답수 25개 중 '밥 끓인 물(20.0%)', '녹두를 썰어서 붙인다(12.0%)', '강아지에게 그 부위를 핥도록 한다(12.0%)', '뜨거운 밥을 붙인다(12.0%)' 순으로 나왔다. 그외에 '꿀을 바른다', '참기름을 바른다', '성냥화약을 바른다', '개고기, 닭고기 기름을 바른다', 등이 있었다. 꿀은 거친피부에 사용하며(김양일, 1991), 살균효과가 있고(하선정, 1991; 전영순 외, 1994) 입술이 틀때에 효과적이다(하선정, 1991; 유태중, 1996). 입술과 입안의 부스럼을 치료하는데 계속 머금는다(허준, 1992). 하루 5~6 차례 자주 발라주면 효과가 있다(이철호, 1995). 녹두도 입술이 마르고 입속이 헐었을 때에 효과적이다(유태중, 1995). 부스럼에 사용하며(임중 외, 1991), 종기를 없앨 수 있다. 녹두를 죽으로 해서 꾸준히 먹으면 어린이들의 피부병을 막을 수 있

다(신재용, 1996). 소금물은 염증 진정작용 및 소염작용이 있어 사용하였다(성낙기, 1996).

특이한 것은 감아지에게 활게 하는 것이었다.

<입주위가 헐었을 때>

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|-----------------------|----|-------|
| 밥 끓인 물을 바른다. | 5 | 20.0 |
| 보리밥물을 바른다. | 3 | 12.0 |
| 뜨거운 밥을 붙인다. | 3 | 12.0 |
| 밥을 형겅에 싸서 뜨거운 김을 쏘인다. | 1 | 4.0 |
| 녹두를 썰어서 붙인다. | 3 | 12.0 |
| 감아지에게 그 부위를 활게 한다. | 3 | 12.0 |
| 꿀을 바른다. | 1 | 4.0 |
| 참기름을 바른다. | 1 | 4.0 |
| 성냥화약을 붙인다. | 1 | 4.0 |
| 황복비나무껍질을 붙인다. | 1 | 4.0 |
| 소금물을 바른다. | 1 | 4.0 |
| 개고기 기름을 바른다. | 1 | 4.0 |
| 닭고기 기름을 바른다. | 1 | 4.0 |
| 계 | 25 | 100.0 |

치통이 있을때 응답수 42개 중 '소금을 입에 문다(33.3%)', '소주를 문다(19.0%)', '백반을 문다(7.1%)', '간장을 입에 문다(7.1%)' 순으로 나왔다. 소금은 구워서 입에 물거나 소금물을 입에 물었다고 한다. 그외에도 '식초물을 문다', '담배꽂초를 문다', '마늘을 문다', '부추를 뺏아서 문다', '찬물을 문다', '송진을 구워서 문다', '소다물을 문다' 등이 있었다. 연구결과처럼 소주는 치통에 이용한다고 하였으며(문화방송, 1987), 소금은 염증진정, 소염작용 및 진통작용을 한다(성낙기, 1996). 백반사용은 어금니가 부어서 아픈 것을 치료하는데는 고백반, 노봉방을 등분해서 가루로 하여 매 2돈을 물로 달여서 더운 약의 기운이 이픈 곳에 스며 들도록 하고 차가워지면 토한다(허준, 1992). 또는 구운 백반을 보드랍게 가루내어 한 번에 10g 썩 물에 풀어 찌꺼기는 짜버리고 그 물을 2~3분 동안 입안에 물고 있다가 뱉으면 부은 것이 가라앉고 근질근질하면서 아픈 것이 멎는다(동의과학원, 1993). 간장, 담쟁이덩굴 줄기를 진하게 달여서 두어 방울 아픈 이에 떨어 뜨린다(문화방송, 1987). 마늘은 살균작용이 있고(홍문화 외, 1995), 항균력이 있으며(전영순 외, 1994), 소염제로 효과적이다(성낙기, 1996). 풍치, 충치에 마늘 한 쪽을 불에 구워 뜨거운 것을 아픈 이로 물고 있다(원홍림, 영해, 1994). 생마늘을 얇게 썰어서 아픈 이사이네 꼭 물고 있거나 또는 마늘을 살짝 구워서 아픈 이에 넣어둔다(문화방송, 1987)(문화

방송, 1987). 부추는 뿌리채 달여 여러 원인으로 생기는 통증을 가라앉히고 위장을 튼튼히 하며 장을 깨끗이 하는데 이용해 왔다(신재용, 1996). 따라서 산후통에 효과적인(전영순 외, 1994; 유태중, 1996) 부추 두줌에 오리알 두 개를 깨넣고 소금을 넣어 물 세 사발로 끓인다. 물이 반 정도 되면 3등분하여 하루 3번 식후에 먹는다(원홍림, 영해, 1994).

특이한 사항으로는 아기똥을 천에 싼 후 기름에 끓여 치아에 얹는 방법이 있었다. 조, 강의 연구에서는 '소금을 문다' (34.7%), '찬물을 문다' (6.8%), '간장이나 간수를 입에 물고 있다' '아이의 똥을 청형겅에 싸서 입에 문다' '담배꽂초를 문다' (3.4%)의 동일한 응답이 있었다.

<치통이 있을 때>

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|-----------------------------|----|-------|
| 소금(물)을(구워서 형겅에 싼 후) 문다. | 14 | 33.3 |
| 소주를 문다. | 8 | 19.0 |
| 백반을 문다. | 3 | 7.1 |
| 간장을 문다. | 3 | 7.1 |
| 찬물을 문다. | 2 | 4.8 |
| 마늘뿌리를 문다. | 1 | 2.4 |
| 식초물을 문다. | 2 | 4.8 |
| 아기똥을 천에 싼 후 기름에 끓여 치아에 얹는다. | 2 | 4.8 |
| 재피나무껍질을 구워서 문다. | 1 | 2.4 |
| 담배꽂초를 문다. | 1 | 2.4 |
| 부추로 문지른다. | 2 | 4.8 |
| 담쟁이풀에 물과 소금을 넣어 끓여 먹는다. | 1 | 2.4 |
| 젓가락을 구워 통증부위에 댄다. | 1 | 2.4 |
| 단지에 흙을 깔고 양파씨를 넣은 후 불어준다. | 1 | 2.4 |
| 계 | 42 | 100.0 |

눈병이 났을 때는 응답수 35개 중 '소금물로 씻는다(45.7%)', '모유를 바른다(8.6%)', '물로 씻는다(8.6%)' 순으로 나왔다. 이외에 '참기름을 넣는다', '오줌을 바른다', '미나리를 썰어서 눈에 붙인다', '발바닥에 천평지평이라고 쓴다', '돌을 쌓아 놓는다', '바닷물을 옆에 둔다' 등이 있었다. 소금물은 염증진정, 소염작용이 있으며(성낙기, 1996), '바닷물로 씻는다'도 유사한 방법으로 볼 수 있다. 모유이용에 있어, 모유로 하루에 4~5회씩 자주 씻어주면 좋은 효과가 있다(이철호, 1995). 미나리도 소염작용(임중 외, 1991)과 해독작용이 있으며(홍문화 외, 1995), 참기름은 다래씨가 났을 때 농니 나온 뒤 2~3방울 떨어뜨리면 재발하지 않는다(윤선량, 1989). 결막염에 참기름(원홍림, 영해, 1994)을 발랐다.

‘오줌을 바른다’는 눈이 충혈이 되었을 때 자기 오줌을 받아 식기 전에 눈을 씻는다고 하였다(원홍림, 영해, 1994).

<눈병이 났을 때>

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|---------------------------|----|-------|
| 소금물에 씻는다(소금으로 비빈다) | 16 | 45.7 |
| 바닷물로 씻는다. | 2 | 5.7 |
| 물로 씻는다. | 3 | 8.6 |
| 모유를 바른다. | 3 | 8.6 |
| 참기름을 넣는다. | 2 | 5.7 |
| 오줌을 바른다. | 2 | 5.7 |
| 미나리를 썰어서 (소금을 넣고) 붙인다. | 2 | 5.7 |
| 까만 형겅으로 덮는다. | 1 | 2.9 |
| 젤레나무가시를 때낸 자리를 그 가시로 쩌른다. | 1 | 2.9 |
| 발바닥에 천평지평이라고 써 넣는다. | 1 | 2.9 |
| 돌을 쌓아 놓는다. | 1 | 2.9 |
| 바닷물을 부엌옆에 둔다. | 1 | 2.9 |
| 계 | 35 | 100.0 |

귀가 아플 때의 민간요법으로 ‘참기름을 넣는다(50.0%)’로 가장 많았는데, 그외에 사용한 기름으로는 오소리기름, 피마자기름, 두더지기름, 개기름, 지네기름 등을 이용하였다. 혹은 친척집 기름을 사용해야한다고 하였다. 조, 강 의 연구(1997)에서는 ‘참기름을 넣는다’ ‘백반으로 닦아 준다’와 같은 동일한 결과가 있었다. 오소리기름으로 귀 안을 잘 닦아내고 하루 2번 귀 안에 떨구어 넣으며(원홍림, 영해, 1994), 참기름 몇방울을 하루에 2~3번 넣어 주며(원홍림, 영해, 1994; 이철호, 1995), 지네는 산 채로 병에 넣어 땅속에 묻어두면 한달쯤 후에 물이 생기는데 숨에 묻혀 귀에 넣거나(문화방송, 1987), 지네를 잡아 약병같은데 넣고 병마개를 단단히 막고 밀봉을 한 후 약 한달가량 묻어두면 지네가 목아서 물이 되는데 이것을 숨에 칠해 귀 속에 넣으면 치료가 좋다(이철호, 1995). 백반은 볶아서 가루로 귀 속에 넣거나(문화방송, 1987), 중이염으로 고름이 나오는데는 태운 백반가루 40g에 볶은 연단가루 4g을 섞어 매일 귀 속에 넣어 넣는다(원홍림, 영해, 1994). 개열과 백반을 섞어 귀안을 닦거나 귀 안에 넣으면 균이 죽고 고름을 잘 빠지게 하는 작용을 한다(문화방송, 1987). 고름이 나오는 증세를 치료하니 가루로 하여 사향을 조금 넣고 숨에 싸서 귀를 막는다(허준, 1992). 대개 바르는 것은 외이도에 이상이 있을 때, 귀 속에 넣는 것은 내이도에 이상이 있을 때 사용한 것으로 볼 수 있다.

<귀가 아플 때>

| 민간요법 | 실수 | 백분율 |
|----------------------|----|-------|
| 참기름을 넣는다. | 12 | 50.0 |
| 오소리기름을 넣는다. | 2 | 8.3 |
| 숨에 기름을 적혀 귀에 집어 넣는다. | 1 | 4.2 |
| 피마자기름을 넣는다. | 1 | 4.2 |
| 두더지기름을 넣는다. | 1 | 4.2 |
| 친척집기름을 바른다. | 2 | 8.3 |
| 숨으로 썬다. | 2 | 8.3 |
| 백반을 구워서 가루를 넣는다. | 1 | 4.2 |
| 개기름을 바른다 | 1 | 4.2 |
| 지네기름을 바른다. | 1 | 4.2 |
| 계 | 24 | 100.0 |

V. 결론 및 제언

민간요법으로 이용되어온 것들은 경험에 의해 효과를 본 것이며 과학적 원리를 알지 못하지만 구전으로 내려온 비방이었다. 주위의 재료를 이용하였으며 경험의 축적으로 이루어진 것이라고 볼 수 있다. 사용방법으로는 먹는다, 침을 맞거나 바늘로 찌는, 연기를 쐬는, 우려(끓여, 달여)먹는다, 썰어 붙인다 등이었고, 재료로서는 대다수가 주변에서 쉽게 구할 수 있는 식물 등이 대부분이었다. 썬은 열이 날 때, 속 쓰릴 때, 치질이 있을 때, 설사를 할 때, 손발이 부었을 때, 피부병이 있을 때, 제주도에서 많이 생산되 유자는 열이 날 때와 속이 쓰릴 때 사용하였으며, 쫄쫄리도 같은 증상에 사용하였다. 호박은 체했을 때 씨를 먹었으며, 치질이 있을 때, 손발이 부었을 때 사용하였다. 마늘은 열이 날 때, 설사할 때, 동상에 걸렸을 때, 피부병이 있을 때, 치통이 있을 때 사용하였다. 익모초는 설사할 때, 속이 쓰릴 때 사용했다. 무즙을 체했을 때와 황달이 있을 때 사용하였으며, 된장은 화상 입었을 때, 상처났을 때 사용하였다. 열이 날 때, 속이 쓰릴 때, 체했을 때, 허리 아플 때, 손·발이 부었을 때 침을 맞았고, 이와 비슷한 방법인 바늘로 찌는 경우는 체했을 때, 열이 날 때, 손·발이 부었을 때 이용하였다. 또한 담배는 사용하여 치질에 찌질을 할 때, 상처가 났을 때, 치통이 있을 때 사용하였으며, 소똥을 손발이 부었을 때와 상처가 났을 때 사용하였다. 그리고 소금이 대부분 많이 사용되어졌는데 소금물을 마시거나 바르거나 문질러서 사용하였다. 열이 날 때, 속이 쓰릴 때, 체했을 때, 치질이 있을 때, 오줌이 잘 안 나올 때, 손발이 부었을 때, 피부병이 있을 때, 입주위가 험었을 때, 치통이 있을 때, 눈병이 있을 때 등 다양한 증상에서 사용되어졌다. 익모초

도 설사할 때와 속이 쓰릴 때, 미니리는 열이 날때와 속이 쓰릴 때, 가지는 설사할 때, 손발이 부었을 때, 동상이 걸렸을 때 사용하였다. 또한 들국화도 황달이 있을 때 사용하는 민간요법으로 사용되었다.

제주의 민간요법에 대한 본 연구결과를 볼 때, 보통 우리 주위에서 흔히 구할 수 있는 것을 이용하였고 그것들의 용도를 볼 때 한가지 종류로 다양한 곳에 사용하였음을 알 수 있다. 또한 이러한 방법으로 치료 되어지지 않는 것들은 자연이나 신이 내린 재앙으로 여겨 굿을 통하여 치료되어지기를 바란 것을 알 수 있다. 또한 지역적으로 볼 때, 중산간 지역에서는 주로 풀이나 나무열매를 많이 이용했고 해안가 지역에서는 해산물을 이용했던 것으로 보여진다.

본 연구의 결과를 살펴 볼 때, 다음과 같은 제언을 하고자한다.

첫째, 일정한 기준에 따른 명확한 지역 분류가 되어져 각 지역에서 고른 조사가 이뤄져야 한다.

둘째, 과학적 타당성이 증명된 민간요법이 활용되어질 수 있도록 제품화하는 연구와 노력이 필요하다.

셋째, 간호교육에 민간요법을 소개하고 올바르게 이용될 수 있도록 구체적이고 합리적인 교육이 이루어져야 한다.

참 고 문 헌

강순남(1995). 사람을 살리는 먹물 거리. (주)여성신문사 ; 서울

강신주(1995). 신 치료식. 하남 ; 서울

김남선(1987). 한국일부지역 농촌인의 질병개념에 대한 탐색적 연구. 이화여자대학 교대학원 석사학위논문

과학백과사전 출판사(1990). 보약의 건강학. 일월서각 ; 서울

김양일(1991). 쉽게 풀어쓰는 신 민간요법. 태음출판사 ; 서울

김영섭(1996). 꿈을 주는 남자 꿈을 꾸는 여자. 무한 ; 서울

김창무(1995). 죽을병이 아니면 다 고친다. 하남 ; 서울

동의과학원(1993). 가정동의대전. 여강출판사.

류상채(1996). 민과의 무의. 서해문집 ; 서울

문화방송(1987). 한국민간의법대전. 금박출판사.

박명윤 외(1994). 식생활 바로하기. 생활지혜사 ; 서울

서문자 외(1996). 성인 간호학. 수문사 ; 서울

성낙기(1996). 99가지의 민간요법. 행림출판 ; 서울

송원옥(1995). 음식보약. 큰산 ; 서울

신재용(1990). 녹차와 약차. 동화문화사 ; 서울.

신재용(1995a). 라디오 동의보감. 학원사 ; 서울

신재용(1995b). 알기쉬운 동의민간요법. 국일미디어 ; 서울

신재용(1995c). 한방민의학. 가림출판사.

신재용(1996). 내 마음대로 달여 마시는 건강약재. 삶과 꿈 ; 서울.

신준식(1993). 몸에 좋은 신 한방 약차·약술. 국일문화사 ; 서울

안현수(1989). 폐결핵 환자의 간호지지 및 질병개념에 관한 탐색적 연구. 경희대학교대 학원 석사학위 논문

양경희, 장혜숙, 이기남, 임규상(1994). 한방간호학. 현문사 ; 서울.

이기수 편저(1995). 증상으로 아는 돋보기 건강학. 열린책들.

이철호(1995). 한방의학백과. 서음출판사.

원홍림, 연해 편(1994). 특효묘방전서. 학민사 ; 서울.

유태중(1995). 식품보감. 서우 ; 서울

(1993). 음식궁합. 동지 ; 서울

윤선량 편역(1989). 야채와 과일을 이용한 가정요법. 국유출판사 ; 서울.

이유미(1995). 우리가 알아야 할 우리나라 백가지. 현암사 ; 서울.

임중 외(1991). 민간요법 건강학. 일월서각 ; 서울

의과학원 동의학연구소 민간요법연구실(1990). 한국의 민간요법. 가서원 ; 서울

장두석(1995). 민족생활의학. 정신세계사 ; 서울

장준식(1997). 산야초 건강학. 넷서스.

전영순 외(1994). 음식토중비결. 혜진서관 ; 서울

진태준(1980). 건강과 민간요법 : 제주도 민간요법. 한국고시연구원 ; 서울

조결자, 강현숙(1997). 입인후, 안, 치아 및 피부증상의 민간요법에 관한 고찰. 동서간호학연구지. 1(1), 50-71.

진태준(1977). 제주도 민간요법. 의원사 ; 서울

주현옥(1994). 아동에게 사용되는 민간요법에 관한 연구. 부산대학교대학원 석사학위논문.

최태섭(1990). 한국의 보약. 열린 책들 ; 서울.

최 하(1991). 생식·자연식의 근본원리와 치료실례. 동지 ; 서울

TV한방요리 제작팀(1991). 한방요리. 영상세계 ; 서울
 하선정(1991). 건강을 먹고 사는 지혜. 월간요리 ; 서울
 허 준(1992). 동의보감. 근영출판사.
 홍문화(1996). 뜻으로 풀이한 허준의 동의보감. 동지 ;
 서울
 홍문화(1997). 가나나라 민간요법. 국일미디어 ; 서울.
 홍문화 외(1995). 먹으면 치료가 되는 음식. 하월사 ; 서
 울

- Abstract -

Survey on Personal Medicines in Cheju Island

Lee, Kyung Hee*

The purpose is to inspect the personal medicines in Cheju island that are used traditionally and to get their characteristics. The subjectives are 39 Cheju people, men 10, women 29, who were borned, grown up in Cheju and agreed with this study. The ranges of age are 10 persons(m : 1, w : 9) over 40 less 50 years old, 14(m : 7, w : 7) over 50 less 60, 5(m : 1, w : 4) over 60 less 70, 6(m : 0, w : 6) over 70 less 80, and 4(m : 1, w : 3) over 80. The average age is 64.5 years old. The method to collect the data is 20 structured opening questionnaires that are based on references. The duration to collect datas is 11days from 4th, Aprill 1997 to 14th, Aprill 1997. The workers who are trained the interview methods went their villages and got answers after explaining the purpose and contents to them. Somtimes they used to record the answers. The analysis was identified the subjectives to four regions of Cheju, arranged answers with items, rearranged the same answers,

counted with number and percentage. And classified the materials and characteristics.

The results of this study are followed : The things that is used as personal medicines are the effects through experiences ans misteries that have hand down by word of mouth, even though they are not scientific. People used the materials arround their circumference. It is an accumulation of experiences. The ways used in eating, doing acupuncture or sting, exposing to smoke, wheedling, fixing after pounding. Almost materials are plants. Mugwort is effective in fever, gastritis, hemorrhoid, diarrhea, edematous hands or feet and dermatitis. Citron and Arrowroot in fever, gastritis. Seeds of Pumpkin in indigestive, hemorrhoid, edematous hands or feet. Gallic in fever, diarrhea, frostbite, dermatitis, and toothache. Motherwort in diarrhea, gastritis. Radish juice in indigestive, jaundice. Bean paste in burn, wound. Acupuncture in fever, gastritis, indigestive, back pain, edematous hands or feet. Sting as similar with it in fever, indigestive, edematous hands or feet. Cigarette in hemorrhoid, wound, toothache. Cowstools in edematous hands or feet, wound. Sault is usded a lot in fever, gastritis, indigestive, hemorrhoid, ineffective voiding, edematous hands or feet, dermatitis, having a boil around the mouth, toothache, and eye disease. Japanese Parsley in fever, gastritis. Egg Apple in diarrhea, edematous hands or feet, frostbite. And Wild Chrysanthemum is effective in jaundice.

In the conclusion, people used the things arround. A things is effective in several symptoms. If these are not effective, they would used the magic as god's anger.

As locally, they used the grasses and fruits in the middle of Mt. Halla and seafood on the sea village.

* Instructor, Nursing Dept. Halla College.