

## ■ 수 박

박과에 속하는 1년생 만초(蔓草)로 열대아시아가 원산지이다.

① **술독(酒毒)** : 수박껍질 말린 것을 달여서 그 물을 수시로 마신다. 이 처방은 대변이 건조한 경우에도 좋다. 물론 술독이나 대변이 건조한 경우의 계절이 여름이면, 수박을 많이 먹으면 된다.

② **소변 불통** : 익은 수박을 썰지 않고 소금을 약간 섞어서 찜어 즙을 만든다. 하루에 3회 식간마다 1잔씩 마신다. 초여름에서 가을까지 할 수 있다.

③ **기침과 가래, 기관지염** : 껍질벗긴 수박씨 12g과 백빙당(白氷唐) 4g을 같이 으개어서 끓인 물 1잔으로 하루 3~5회 복용한다. 한달 이상의 장기복용을 하면 그 효력이 대단함을 알 수 있으며, 이 처방은 폐병과 원기부족에도 좋다. 또 무병한 사람의 경우는 보혈제로 효과가 크다.

④ **신장염과 수종병(水腫病)** : 수박껍질 말린 것 40g과 띠의 뿌리(백모근=白茅根) 60g에 약 5홉의 물을 부어 달이다가 반으로 줄어들면 복용한다. 하루 3회 식전에 온수로 복용한다. 또 수박껍질 생 것을 삶아 그 물을 수시로 마셔도 신장염의 보조치료가 된다.

⑤ **허리를 빼었을 경우** : 수박껍질을 말려서 가루로 만들어 온수에 소금과 술을 조금씩 넣고 가루 12g 정도를 타서 하루에 3회 식간마다 복용한다.

⑥ **토혈과 하혈** : 수박씨 껍질 1잔에다 2그릇의 물을 부어 달인 후 물이 1그릇이 되었을 때

복용하되, 토혈은 식후에 하혈은 식전에 복용한다. 증세가 경한 사람은 하루 1회, 중한 사람은 하루 3회씩 장기 복용하고, 효력이 있으면 복용을 중단해야 한다.

## ■ 수 수

포아풀과에 속하는 1년생의 재배식물로 열매는 백색·황갈색·적갈색·흑색 등으로 가을에 여문다.

① **위장통** : 수수쌀을 씻은 뜨물을 받아 따끈히 데워 마신다. 하루 6회 정도 마시고 1회의 양은 마실 수 있는 만큼이다.

② **구토** : 1큰술의 수수가루를 찬 우물물로 2~3회 정도 복용한다.

③ **위장의 쇠약과 식은 땀** : 엄소다리 하나를 구입해 빼와 발톱을 없애고 잘게 썰어서 삶은 다음에 적당량의 수수쌀을 넣어 죽을 쑤다. 이 죽을 보중익기죽(補中益氣粥)이라고 하는데, 여기에 파나 소금을 넣어 양념을 해서 아침과 저녁 2회로 1그릇씩 복용한다.

④ **난산** : 말린 수수뿌리를 태워 잿가루를 만든 다음, 따끈한 술로 이 가루를 8g씩 하루 3회 복용한다.

⑤ **등창을 비롯한 각종 창(瘡)이 낫은 경우** : 수수가루를 까맣게 볶아 계란의 흰자위에 개어서 창(瘡)의 부위에 발라주고 마르면 교체해 준다.

## ■ 쌀 · 벼

겉껍질만 벗긴 것을 현미(玄米), 속껍질까지 벗긴 흰 것은 백미(白

米) 또는 정미(精米)라고 한다.

① **심한 식은 땀** : 벼 뿌리의 술(鬚) 1묵음과 대추 10개를 삶아, 그 물을 수시로 차를 마시듯이 복용한다.

② **소아의 각종 창(瘡)** : 쌀을 입으로 곱게 씹어 부위에 발라준다.

③ **습관성 유산(流産)의 치료·예방** : 잉태한 후 곧장 3잔의 쌀에 생약·황기 200~250g을 넣어 죽을 쑤다. 이 죽으로 즙을 내어 3등분하고 하루 3회 4주간 계속 복용한다.

④ **남성의 조루증과 여성의 대하증 방지·치료** : 쌀과 울무쌀을 반반씩 넣고 죽을 쑤다. 이 죽을 정력보강죽(精力補強粥)이라 하며, 아침 식전에 1그릇, 저녁 잠자기 전에 1그릇씩 장기복용한다. 이 처방은 심기보강(心氣補強)·신장강화·양기증가는 물론 눈과 귀가 맑아지기도 한다.

⑤ **소아가 젖을 토할 경우** : 쌀 7알을 새끼맷게 태워 가루를 내어 물과 젖을 각각 반 잔씩 붓고 달여서 여러번 먹인다. 심하게 토하는 소아는 쌀알의 양을 2배 또는 3배로 해서 만든다.

⑥ **젖은 비혈(鼻血)** : 쌀을 씻어 처음 물은 버린 다음 약간의 물을 부어 씻은 2번째 뜨물을 큰 잔에 받아 꿀 1숟가락이나 무즙 1숟가락을 넣어서 하루 2회씩 장기 복용한다.

⑦ **토혈(吐血)** : 쌀을 힘주어 씻은 진한 뜨물 1그릇을 마신다. 72

(자료 : 백만인의 의서 '가정 한방 동의보감'(국일문화사))