

알고나 먹읍시다 / 보약

김 사 연 · 만수당약국, 한국문인협회 회원

2. 술과 해독제

주신(酒神) 박카스에게 물었다./ 술은/먹는 것이오?/마시는 것이오?/삼키는 것이오?

막걸리는 먹고/소주는 마시고/양주는 삼키라고/향기가 코끝을 찔렀다.

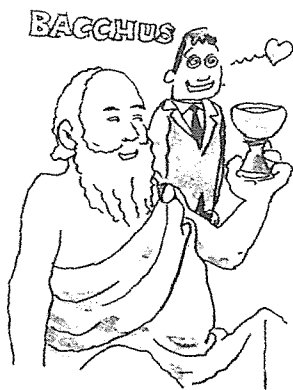
먹을땐 즐겁고/마실 땐 괴롭고/삼킬 땐 슬펐다.

술은/귀뚜라미의 노래요./외기러기의 한숨이오./소꿉친구 순이가 시집가던 날

한줄기 달 그림자 보며/뚝뚝 흘리던 눈물 방울이다.(가을 술맛-필자의 시)

예로부터 술은 여자와 더불어 영웅 호걸의 기호품으로 칭송되기도 했고 패가망신의 필수조건으로 비하하기도 했다. 부처는 술을 가리켜, '세세 생생 지혜의 종자를 끊어버리고, 죽어서는 똥물 지옥에 빠지게 하는 물질'이라 했다.

동의보감 주문(酒門)에는 '술은 혈맥을 유통시키고 위로 오르는 성질이 있으며, 조금 마시면 정신을 강화하고 지나치면 수명을 단다. 크게



덥고 크게 독하여 살충 작용을 하며 전염병을 예방하고 중기 등을 씻는 데 쓴다. 풀독과 채소독을 없앤다'고 적혀 있기도 하다.

술은 곡식이나 과일을 썩힌 물이다. 그것을 비싼 값을 치르고 마시는 것은 각자의 자유겠지만 술을 즐기느냐, 술의 노예가 되느냐는 인간의 의지에 달렸다.

남편이나 아들이 술만 먹으면 약국을 찾는 부인들이 있다. 그들이 찾는 약은 하나같이 위장약이나 간장약이 아니라 수면제이다. 식구들이 잠을 자려면 강제로라도 재워야겠다며 하소연한다.

취중에 수면제를 복용하면 그 효력은 두 배 이상 강해지게 마련이다. 하지만 수면제

를 먹이기가 결코 쉬운 일이 아니다. 쥐약 섞은 음식을 생쥐들이 피해가듯 술꾼들은 수면제를 탄 피로회복제를 귀신이 곡할 정도로 알아차리기 때문이다.

'알코올빙'과 같은 금주(禁酒)약을 찾는 부인도 있다. 아예 술맛을 잊도록 국그릇에 몰래 타 넣는다. 간혹 술을 끊으려고 본인이 원하는 경우도 있지만 부인이 이 약을 국에 몰래 탄 줄 모르고 밖에 나가 술을 마시면 얼굴이 빨갱게 달아오르며 가슴이 뛰고, 머리가 어지럽고, 숨쉬기조차 곤란해 어쩔줄을 몰라 한다. 심한 경우 허탈과 정신이상까지 올 수 있다.

대학 졸업 10주년 동창회에 참석했을 때 약사 고시를 함께 준비했던 K약사의 소식을 들었다. 학창시절, 술을 잘 먹기로 소문났던 그가 끝내 알코올 중독으로 정신병원을 드나들고 있으며 마음 고생하는 그의 부인과 아이들이 애처로워 못 보겠다는 것이다.

알코올 중독이란 중추신경의 마비 증상이다. 의식과



동작이 제멋대로 흐느적거리고 호흡이 거칠어진다. 인간의 행동과 욕망을 자제시키는 억제 중추신경이 마비되었기 때문이다. 때로는 혈관이 확장되어 혈압이 떨어지고 심장마비로 사망할 수도 있다.

그러나 더 무서운 부작용은 술기운이 떨어지면 엄마손을 놓친 마마 보이처럼 불안해 못 견디는 금단 증상이다. 아편 중독이 따로 없는 것이다. 이 때는 술 대신 신경안정제를 복용해 치료해야 한다. 때로는 식사를 하면서 씹은 듯 통증이 사라지기도 한다.

총각시절, 위경련으로 고생할 때의 일이다. 그렇지 않아도 심신이 괴로운데 속상한 일이 생기자 활명수만 마셔도 취했던 나는 죽어버릴 마음으로 소주 4홉을 단번에 들이켰다. 정신이 든 것은 2일이 지나서였다.

헌데 평소 배를 움켜잡고 뒹굴 정도로 심하게 앓아오던 위경련 통증이 그 이후로 감쪽같이 사라진 것이다. 안되는 놈은 뒤로 넘어져도 코가 깨지고 되는 놈은 눈감고

넘어져도 꽃밭이라고, 내 수명이 긴 탓이라고 밖에는 설명할 수가 없다.

나는 평소에 담배를 안 피우지만 술자리에선 피운다. 분위기를 맞추기 위해서가 아니다. 술은 항 이노 호르몬, 즉 소변을 줄이는 호르몬을 감소시켜 마신 술의 양보다 더 많은 소변을 배출시킨다. 이것을 방지하는 것이 니코틴이기 때문에 담배를 피우는 것이다.

또한 술좌석에서 단 음식을 많이 먹는 것은, 당분이 대사를 촉진시키기 때문이다. 술은 비타민을 파괴시키기 때문에 영양 공급을 게을리 하면 안된다. 술안주가 중요한 것은 위장병 예방뿐 아니라 비타민 공급 때문이기도 하다.

술은 위와 장에서 흡수되어 혈관을 타고 전신에 분포되기 때문에 혈액을 채취하면 24시간이 지나도 혈중 농도를 측정할 수 있다.

입냄새를 불러며 컵을 들이대는 간단한 음주 측정은 입 안에 향수나 스킨로션을 뿌리면 위기를 모면할 수도 있다. 하지만 술은 뇌세포에 가장 오래 남아 있으며 이로 인해 기억력 감퇴나 치매현상을 재촉하게 될지도 모를 일이다.

간장의 손상도 이루 말할 수 없다. 술맛을 즐기는 기관은 입과 혀이고 술맛을 땅기게 하는 눈요기는 시신경이 누리지만 몸 안에 들어온 알코올을 시간당 10~20ml

비율로 아세트알데히드와 아세테이트로 분해하여 대사시키는 뒤치다꺼리는 간장의 몫이기 때문이다.

우리가 마신 술은 거의 소변으로 배출된다고 생각하지만 천만의 말씀이다. 5%는 입과 코를 통해 냄새로 배출시키고 5%는 소변으로 배설시킬 뿐 나머지 90%는 간에서 대사시켜야 한다.

술 잘 먹는 것을 자랑으로 여기는 사람도 있지만 건강한 사람이 24시간 동안 간에서 대사시킬 수 있는 위스키 양은 약 1리터 정도라고 하니 앞뒤를 가려가며 마시며 간장약을 꼭 복용해야 한다.

활명수나 콜라만 마셔도 취기를 느꼈던 내가 부담없이 대인 관계를 할 수 있었던 것은 간장해독제 '실리마린'을 장기 복용한 덕분이다.

흔히들 술독을 푼다고 해장술을 마시는 것은 위암을 자초하는 짓이다.

소주를 마신 다음날엔 식혜로 대사를 시키거나 북어국을 끓여 마신다. 명태가 한류성 어류로 찬 음식이기 때문에 소주로 데워진 열을 꺼주기 때문이다.

맥주를 마셨으면 맥주가 찬 음식이므로 몸을 데우는 매운탕을 먹어야 한다.

머리를 제거시킨 콩나물 뿌리는 기(氣)를 위로 올리는 작용을 하므로 술을 마시고 축쳐진 몸과 마음을 바로 잡아 주는 역할을 한다. 콩나물 뿌리로 만들었다는 드링크가 인기인 것도 이 때문이다. ㉞