

부신질환에 효과있는

## 찔레나무



찔레나무는 봄이 한껏 무르익었을 때 하얗게 꽃을 피워 향기를 퍼뜨리는 우리나라 어느 곳에서나 흔히 볼 수 있는 낙엽작은키나무이다. 가을철에 빨갛게 익는 열매도 귀엽고 앙증맞다.

찔레는 장미과 장미속에 딸린 떨기나무로 사람들에게 가장 사랑받는 꽃인 장미의 원종이다. 세계에는 장미 종류가 많은데 모두 야생장미인 찔레를 기본종으로 하여 개량한 것이다. 한의학에서는 찔레를 석산호(石珊瑚)라 부르고 그 열매를 영실(營實), 또는 색미자(薔薇子)라 하여 약으로 귀하게 쓴다. 한의학보다 민간에서 약재로 더욱 귀하게 여기는데 꽃·열매·뿌리·새순·뿌리에 기생하는 버섯 등을 약으로 쓴다.

찔레꽃의 향기는 사람을 사로잡을 만큼 짙고 신선하다. 우리 선조들은 찔레꽃을 증류하여 화장수로 즐겨 이용하였다. 이를 꽃이슬이라 하여 찔레꽃 향수로 몸을 씻으면 미인이 되는 것으로 믿었다. 찔레꽃에는 0.02~0.03퍼센트의 정유가 들어 있어 더위를 식히고 위장을 조화하며 출혈을 멎게 하는 등의 효능이 있다. 찔레 열매에는 여자들의 생리통·생리불순·변비·신장염·방광염·각기·수종 등에 치료 효과가 뛰어난 약재이다. 8~9월에 반쯤 익은 열매를 따서 그늘에 말려서 쓴다. 대개 물에 넣고 달여서 복용하거나 가루 내어 먹는다. 하루에 10~15그램을 세 번으로 나누어 복용한다. 많이 먹으면 설사가 심하게 나므로 한꺼번에 너무 많이 먹어서는 안 된다. 반쯤 익은 열매를 따서 깨끗하게 씻어 독한 술에 담가 6개월쯤 두었다가 그 술을 조금씩 복용하는 방법도 있고 찔레 열매를 엇처럼 진하게 달여서 영실고나 영실 엑기스를 만들어 복용하는 방법도 있다.

찔레 열매에는 약간의 독이 있으므로 독을 법제하여 쓰면 부종·수종·소변이 잘 안 나오는데 아뇨증·오줌싸개 등에 큰 효과가 있다. 찔레 열매를 말

.....

려서 술에 풀어 시루에 찌서 말리기를 아홉 번 반복하였다가 가루 내어 복용한다. 쥘레 뿌리는 산후풍·산후골절통·부종·이혈·관절염 등에 효과가 신비롭다. 특히 여성들의 산후풍·산후골절통에는 쥘레 뿌리로 술을 담가 먹으면 놀랄 만큼 효험을 본다. 가을철이나 이른봄철에 쥘레뿌리를 캐내어 울무살로 막걸리를 빚어 자기 전에 약간 취할 만큼씩 마신다.

쥘레나무 뿌리에 기생하는 쥘레버섯은 어린이 기침·경기·간질에 최고의 묘약이며 항암효과도 뛰어나다. 쥘레나무 뿌리에 붙어 땅속에서 자라므로 찾아내기가 어려운 것이 단점이다. 쥘레나무 버섯은 달여서 복용하면 흙 냄새가 조금 날 뿐 별 맛이 없는데 이를 복용하고 간질을 고친 사례가 여럿 있다. 쥘레버섯 10~15그램을 한 시간쯤 달여서 그 물을 하루 세 번 나누어 복용한다. 위암·폐암·간암 등 갖가지 암에도 똑같은 방법으로 복용한다. 버섯 중에서 암 치료에 가장 탁월한 효력이 있는 것으로 생각된다.

이른봄철에 올라오는 쥘레 새순도 좋은 약이 된다. 연한 순을 꺾질을 까서 먹으면 뽕으면서도 들쭉한 맛이 있어서 옛날 농촌 아이들한테 좋은 간식거리가 되었던 쥘레순은 어린이의 성장발육에 큰 도움이 된다. 쥘레순을 흑설탕이나 꿀과 함께 발효시켜 복용하면 성장조절 호르몬이 많이 들어 있어 아이들의 성장발육에 효과가 큰 것은 물론 혈액순환이 좋아지고 변비·수종·어혈 등이 없어진다. 쥘레나무는 누구나 알고 있으면서도 그 약효를 잊고 있는 놀라운 약초이다.

위암·불임·비만 치료효과 큰

## 흰뽕송아



“울밑에 선 봉선화야 네 모양이 처량하다...”로 시작되는 이 노래는 김형준이 지은 시에 흥난과가 곡을 붙여 일제시대에 민족의 울분을 달래 주던 노래

이다. 이 노래에 나오는 '울밑에 선 봉선화'가 놀라운 효과를 지닌 약초임을 아는 사람은 드물다. 봉숭아는 예부터 못된 귀신이나 뱀을 쫓아 낸다고 알려진 식물이다. 우리 선조들은 집의 울타리 밑이나 장독대 옆, 밭 들레에 봉숭아를 심으면 질병이나 나쁜 일이 생기지 않고 뱀이 집 안으로 들어오지 않는 것으로 믿어 왔다. 실제로 봉숭아는 뱀이 싫어하는 냄새가 나므로 봉숭아를 심으면 뱀이 가까이 오지 않는다. 그런 까닭에 봉숭아를 금사화(禁蛇化)라고도 부른다. 봉숭아꽃으로 손톱을 붉게 물들이던 풍습도 붉은빛을 귀신이 싫어하기 때문에 못된 귀신이나 질병이 침범하지 못하도록 막는다는 것이 이 민속의 본디 뜻이었다.

봉숭아는 단단한 것을 물렁물렁하게 하는데 불가사의한 효력을 발휘하는 토종약초이다. 봉숭아 중에서도 흰꽃이 피는 토종 흰봉숭아는 요통, 불임증, 적취(백속에 딱딱한 덩어리가 뭉쳐 있는 것), 어혈, 신경통, 신장결석, 요도결석, 물고기 중독, 변비 등의 갖가지 질병에 놀랄 만큼 신비한 효력을 나타낸다.

봉숭아 씨는 딱딱한 것을 연하게 하는 작용이 강하다. 생선 가시가 목에 걸렸을 때 봉숭아 씨앗을 가루 내어 물에 타서 마시면 가시가 녹아 없어진다. 생선이나 고기를 삶을 때 흰봉숭아 씨를 몇 개 넣고 삶으면 뼈가 물렁물렁해진다. 난산으로 고생할 때에도 씨앗 몇 개를 달여 마시면 골반뼈가 연해져서 쉽게 아이를 낳을 수 있게 된다. 봉숭아를 투골초(投骨草)라고도 하는데 이는 약효가 뻗속까지 침투한다 하여 붙인 이름이다. 봉숭아는 동남아시아가 원산지인 한해살이 풀이다. 봉선화, 금봉화(金鳳花), 봉사, 지갑화(指甲花) 등의 여러 이름이 있다. 봉선화란 이름은 꽃의 생김새가 머리와 날개를 펴고 필떡이는 봉황새를 닮았다 하여 붙여진 이름이다. 봉숭아 씨앗을 급성자(急性子)라고 하는데 약성이 급하여 즉시 효력이 나타나기 때문에 붙인 이름이다.

토종 흰봉숭아는 갖가지 문명 병들 곧 비만증, 과음과식으로 생긴 병·두통·공해독으로 인한 병·체한 데·종기·소화제 계통의 암·어혈·신경통·여성의 월경불순·대하·불임증·신장결석·요도결석 등에 효과가 크다. 물고

.....

기를 먹고 채웠을 때나 생선 가시가 목에 걸려 넘어가지 않을 때, 생선 가시가 살 속에 깊이 박혔을 때에는 붕숭아 씨앗을 가루내어 마시면 곧 낫는다. 가시가 살갓에 박혔을 때에는 씨앗을 가루 내어 바르면 효과가 있다. 씨앗을 술에 담가 두었다가 그 술을 먹거나 바르면 효과가 더 좋다.

붕숭아 씨앗이나 줄기 달인 물을 마실 때 주의해야 할 것은 절대로 이빨에 직접 닿지 않도록 해야 한다는 점이다. 붕숭아 가루나 줄기 달인 물이 이빨에 닿으면 물렁해져 빠져 버릴 위험이 있다. 그러므로 빨대를 이용하여 목 안에 바로 삼키는 게 좋다. 식도암, 위암, 대장암 등 소화기 계통에 생긴 암에는 붕숭아 씨앗 30~60그램을 물 한 대접에 놓고 달여 하루 두 번에 나누어 마신다.

뱃속에 딱딱한 덩어리가 있을 때와 냉증으로 인한 불임증에는 붕숭아 줄기와 뿌리 말린 것 40그램쯤을 달여서 한번에 맥주잔으로 한잔씩 하루 세번 빨대를 사용하여 이빨에 닿지 않게 마신다.

대개 10~15일이면 딱딱한 덩어리나 냉증이 풀리는 것을 경험할 수 있다.

심한 요통이나 신경통, 어혈에도 붕숭아 씨앗이나 잎을 30~40그램을 달여서 하루 세번 마신다. 대개 줄기를 달여 하루 세 번, 한 달쯤 복용하면 효과가 있다. 특히 심한 요통이 있는 불임여성은 붕숭아 줄기와 잎 달인 물을 20일쯤 마시면 요통도 없어지고 임신 가능성도 높아진다.

신장결석이나 요도결석으로 통증이 심할 때에는 씨앗과 꽃을 술에 담가 두었다가 소주잔으로 한잔씩 마시면 두 시간쯤 뒤에 통증이 사라진다. 결석의 크기에 따라 다르지만 10~20일이면 결석이 녹아서 뜨물처럼 되어 오줌에 섞여 나온다. 붕숭아 줄기, 잎, 뿌리, 꽃 등도 모두 씨앗과 같은 효과가 있다.

붕숭아에는 붉은 꽃이 피는 것과 노란 꽃이 피는 것, 자주색 꽃이 피는 것 등 여러 가지가 있으나 반드시 흰꽃이 피는 토종 붕숭아만이 갖가지 난치병에 신호한 효력이 있다. 그러나 흰 꽃이 피는 붕숭아는 거의 멸종되어 찾아보기 어렵다.

소화 돕고 어혈·염증푸는

## 옷나무



사람은 자연을 모른다. 요즘 사람들이 만능의 신(神)으로 믿는 과학은 자연에 대해 완전한 지식을 줄 수 없다. 과학은 불완전하고 부분적인 지식의 한 조각을 줄 수 있을 뿐이다. 길가에 흔한 풀 하나에 대해서 완전한 지식이 밝혀진 적이 있는가.

지금까지 대부분의 사람들은 옷을 칠의 원료나, 독이 있어 가까이 가면 안 되는 약나무로만 알아 왔지 암이나 갖가지 난치병을 고칠 수 있는 약나무로 생각해 본 적은 별로 없다.

그러나 옷나무만큼 갖가지 난치병 치료에 탁월한 효과를 내는 약나무를 찾아 보기 어렵다. 옷은 제일 우수한 방부제이며 살충제이다. 그러므로 인체의 세포를 보존하여 상하지 않게 하고 갖가지 질병을 다스린다.

옷은 소화를 돕고 어혈과 염증을 풀어 주며 피를 맑게 하고 균을 죽인다. 소변을 잘 나오게 하고 몸을 따뜻하게 하며 신경통, 관절염 위장병, 간병, 늑막염, 골수염, 갖가지 암 등에 두루 약으로 쓸 수 있다.

옷은 먼저 뱃속의 적병(積病)에 효과가 탁월하다. 적병이란 뱃속에 딱딱한 덩어리가 멍쳐 있는 것을 말하는데 이는 암이 되기 전 단계에 있는 어혈이나 염증이 멍친 것이다. 적병에는 마른 옷 껍질 5근, 맥아 볶은 것, 신곡 볶은 것 각 3근, 공사인 볶은 것, 백출·금은화·산사육·인삼 각 2근, 계내금 볶은 것 1근, 원감초·건강 각 반근, 경포부자 5냥과 함께 누런 토종개 한 마리와 한데 넣고 오래 달인 뒤에 엿기름을 넣어 조청을 만들어 두고 작은 숟가락으로 하나씩 먹는다. 이 약조청은 갖가지 속의 냉증이나 체한데 등에도 효과가 크다.

위의 여러 가지 약재들을 구하기 어려우면 옷과 개만으로도 훌륭한 약을 만들 수 있다. 옷 1근을 내장을 발라 낸 누렁개 한 마리와 함께 오래

.....

달인 다음 거기에 엿기름을 넣어 조청을 만들어 두고 수시로 찻숟갈로 하나씩 먹는다. 소화불량, 위염, 위궤양, 초기위암, 냉증 등에 효과가 탁월하다. 옷의 독성을 개고기가 중화하므로 옷을 타는 사람이 먹어도 옷이 오르지 않는다.

늑막엽이나 골수염, 관절염 치료에도 옷을 쓴다. 털과 똥을 빼낸 오리 한 마리를 삶아서 식힌 후 기름을 걷어 내고 금은화 1근반, 마른 옷 껍질 1근, 지네 3백 마리를 넣고 오래 달여서 찌꺼기는 짜서 버리고 약물이 1되쯤 되게 줄여서 조금씩 자주 먹는다. 5마리 이상 먹어야 완치가 가능하다.

옷 껍질을 약으로 쓰려면 50년 넘게 자란 굵은 나무의 껍질을 써야 효과가 뛰어나고 어린 나무는 약효가 약하다. 암을 치료하는 데는 백 년 넘게 자란 옷나무라야만 효과가 신통하다. 강원도의 삼척이나 정선군 쪽에 수백 년씩 된 야생 옷나무를 산에서 더러 발견할 수 있다.

옷은 가장 좋은 약인 동시에 그 독도 무섭다. 옷에 약한 사람이 함부로 먹거나 손대면 심하게 옷이 올라 죽을 수도 있다. 옷독을 중화하기 위해 닭, 오리, 개, 염소와 함께 달이는 것이다. 옷독을 중화하는 데는 개뺨가 으뜸이다. 개뺨를 옷에 갖다 대면 옷이 즉시 녹아 버릴 만큼 옷독을 중화하는 효과가 빠르다.

옷을 먹다가 옷이 오르면 백반을 진하게 물에 풀어 바르면서 먹는다. 한 가지 주의할 것은 옷을 먹고 나서 혈관 주사를 맞아서는 안 된다는 점이다. 반드시 죽게 된다.

노루, 사슴, 사향노루 같은 야생동물은 대개 옷순을 잘 먹는다. 옷나무가 많은 곳에서 사는 노루를 쫓아내도 돌아와서 옷나무 주변에 산다. 여름에는 옷순을 먹고 겨울에는 옷 껍질을 벗겨 먹는다. 염소도 방목하면 옷순을 가장 좋아한다.

이처럼 옷순을 많이 먹고 자란 동물은 몸 안에 매우 뛰어난 약성을 지

니게 된다. 옷의 약성만 몸 안에 남고 독성은 중화하여 없어지기 때문이다. 옷순을 많이 먹고 자란 노루의 간은 노인의 눈을 밝게하는 영양이 되고, 옷순을 많이 먹고 자란 사슴의 녹용은 그 약성이 뛰어나게 높다. 그러므로 사슴, 염소, 토끼 등을 사육할 때 옷순을 자주 먹이면 난치병을 고치는 뛰어난 약동물이 되는 것이다.

옷 껍질로 질병을 고치는 방법을 몇 가지 소개한다.

- ▶ 만성 위염, 위궤양, 뱃속의 덩어리가 생긴 데 등에는 닭 한 마리의 내장을 꺼낸 다음 그 속에 옷나무 껍질을 가득 채워 넣고 삶아서 그 물과 고기를 먹는다. 한 마리를 이를 동안 먹는다. 한번 먹어서 효과가 없으면 서너 번 더 해서 먹는다. 혈액형이 O형인 소양체질의 사람은 옷이 심하게 오를 수도 있으므로 주의한다. 옷이 심하게 오르면 띠 뿌리 달인 물을 마시고 또 그 물로 씻는다.



- ▶ 담낭결석이나 신장, 방광결석에는 앞의 방법대로 옷담을 만들어 먹거나 날달걀에 구멍을 조금 내어 생옷을 조금 넣어 마신다. 하루 3~5번씩 먹는다. 또는 달걀 10개를 찌서 그릇에 담은 다음 거기에 옷진을 약간 넣고 끓여서 그것을 하루 동안에 다 먹는다. 극심한 통증이 멎고 결석도 차츰 녹아 없어진다.
- ▶ 늑막염, 간경화증으로 인해 복수가 찰 때 등에도 옷담을 만들어 먹는다. 대개 서너 마리 만들어 먹으면 낫는다.

자궁염에 효험있는

## 접시꽃



접시꽃은 아욱과에 딸린 여러해살이풀이다. 중국이 원산지며 꽃이 아름다워서 정원에 흔히 심는다. 키는 2미터 넘게 자라고 잎은 넓은 심장꼴로 6~7갈래로 깊게 갈라진다. 6월에 무궁화를 닮은 크고 납작한 꽃이 핀다. 꽃 빛깔은 붉은빛, 흰빛, 자줏빛 등이 있는데 대개 흰 꽃이 피는 것을 약으로 쓴다.

접시꽃 싹은 나물로 먹을 수 있다. 봄철에 어린순을 데쳐서 무쳐 먹거나 튀겨 먹거나 국을 끓여 먹는다. 맛이 달고 성질은 약간차다고 옛 책에 적혀 있다. 오래 먹으면 좋지 않다고 하며, 개고기와 함께 먹으면 몸에 병이 생겨 영영 낫지 않고, 돼지고기와 함께 먹으면 얼굴색이 나빠진다고 하였다.

접시꽃 줄기껍질은 매우 질기므로 삼과 마찬가지로 길쌈을 하거나 노끈을 만들 수 있다.

접시꽃은 꽃·잎·뿌리를 모두 약으로 쓴다. 옛 책에는 접시꽃은 맛이 짜고 성질은 차며 독이 없으며 열을 내리고 장과 위를 이롭게 하며 심기 부족(心氣不足)을 다스린다고 적혔다. 옛 책에 적힌 접시꽃의 약성을 간추리면 다음과 같다.

“접시꽃 싹은 삶아 먹으면 결석을 없애고 열을 내리며 독을 풀고 설사를 멎게 한다. 뿌리와 줄기는 열을 내리고 소변을 잘 통하게 하며 농혈(膿血)을 제거한다. 접시꽃 싹을 나물로 먹으면 입질을 다스리고 속을 타는 것을 부드럽게 하며 해산을 쉽게 한다.”

접시꽃 싹을 짓뭉어 불에 덴 상처에 붙이면 잘 낫는다. 접시꽃 씨앗은 입질과 낙태하게 하는 데 효과가 있으며 주종과 모든 웅·종기·창을 치료한다.



.....

접시꽃의 뿌리는 대하증을 치료한다. 자궁염으로 고름 섞인 피가 나오는 것과 자궁 속의 좋지 않은 것을 없애는 데 효험이 크다. 붉은 꽃이 피는 것은 적대하를 다스리고 흰 꽃이 피는 것은 백대하를 다스린다.

접시꽃 뿌리는 여성의 냉증·대하·자궁출혈 등 갖가지 부인질병에 효력이 크다. 접시꽃 뿌리 적당한 양을 수시로 달여서 복용한다.

민간에서 접시꽃을 질병 치료에 활용한 보기를 소개한다.

▶ **임질**

접시꽃 뿌리를 깨끗이 씻어 짓찧어서 물에 달여 마시면 잘 낫는다.

▶ **소변에 피가 섞여 나올 때**

접시꽃 줄기를 말려 가루 내어 술과 함께 한 숟갈씩 하루 3번 먹는다. 간단한 방법이지만 상당히 효과가 좋다.

▶ **급성 임질**

접시꽃 뿌리 5~10그램, 질경이 씨 5그램을 물로 달여서 날마다 마신다.

▶ **종기로 통증이 심할 때**

뿌리의 검은 껍질을 벗겨 내고 짓찧어서 붙인다. 통증이 없어지면서 잘 낫는다.

▶ **부인의 대하로 배가 몹시 아플 때**

접시꽃 35~40그램을 그늘에서 말려 가루 내어 빈 속에 5~10그램씩 하루 3번 먹는다. 이때 반드시 흰 꽃을 쓴다.

▶ **대소변이 잘 안 나올 때**

접시꽃 씨를 가루 내어 진하게 달여서 마신다.

▶ **방광결석**

씨를 볶아서 가루 내어 밥먹기 전에 따뜻한 술과 함께 먹는다.

접시꽃은 갖가지 부인병에 효과가 있으나 몸이 찬 여성들한테는 권할 만한 것이 못 된다. 혈액형이 O형이나 AB형인 양성체질에는 좋고 V형이나 A형한테는 도리어 해로울 수도 있으므로 주의해야 한다.