



최진규의 토종약초 이야기 ④

# 관절염 통풍에 좋은 - 노간주나무

## 노간주나무는 아메리카 인디언들이 요통, 부인병, 천식, 염증 등 갖가지 질병에 널리 쓰던 약초다.



노간주나무는 척박한 바위 투성이 산에 잘 자라는 나무다. 바닷가의 척박하고 바위 투성이인 산에는 어디를 가나 장대처럼 꼳꼳하게 자란 노간주나무를 흔하게 볼 수 있다.

노간주나무는 측백나무과에 딸린 중간키나무로 두송목(杜宋木) 또는 노송나무 등으로 부른다. 측백나무과에 속해 있지만 측백나무처럼 잎이 부드럽지 않고 나무의 생김새도 측백나무와는 다르다. 전체적인 외형이 향나무를 닮았으며 키는 10미터쯤, 지름 20cm까지 자란다. 매우 느리게 자라는 편이어서 바위 틈에서 자라는 것은 수령이 500년 이상 되었지만 굵기는 팔뚝만큼 밖에 되지 않는 것도 드물지 않다.

잎이 가시처럼 날카로워 살에 찔리면 아프고, 암수판그루여서 암나무에서만 열매가 달리고 수나무에서는 열매가 달리지 않는다. 5월에 연한 녹색꽃이 피어 이듬해 10월에 지름이 7~8mm쯤 되는 둥근 열매가 검붉은 빛깔로 익는다. 이 열매를 두송실이라고 하는데 향기가 좋아서 서양에서는 드라이진이라는 양주를 만드는 원료로 쓴다.

노간주나무는 구슬 모양으로 달리는 열매를 약으로 쓴다. 초가을 무렵에 익은 열매를 따서 모아 달여서 먹기도 하지만 햇볕에 말려서 기름을 짜서 쓰는 것이 훨씬 효과가 좋다. 덜 익은 것은 독이 있으므로 반드시 잘 익은 것을 따야 한다.

노간주나무 열매 기름인 두송유(杜松油)는 통풍, 류머티스 관절염, 근육통, 견비통, 신경통에 특효약이라 할 만하다. 두송유를 찹호지에 먹여 아픈 부위에 붙이면 신기하다 싶을 정도로 빨리 통증이 멎고 오래 지나지 않아 치유된다. 두송유를 아픈 부위에 바르고 나서 그 위에 찹호지를 붙이고 드라이어로 뜨거운 바람을 쐬어 주면 치료효과가 더욱 빠르다.

중풍으로 인해 팔다리가 마비되었을 때에는 마비된 부위에 두송유를 듬뿍 바르고 나

서 마사지를 한다. 또 온몸이 나른하고 피곤할 때 두송유를 온몸에 바르고 마사지를 하면 몸이 금방 개운해진다. 두송유가 피부 깊숙한 곳에 있는 온갖 독소들을 몸 밖으로 빼내고 통증을 멎게 하며 근육과 경락을 풀어주는 작용을 한다.

노간주나무 열매로 담근 술을 두송주라고 한다. 두송주는 코가 막히는 것을 뚫어주고 기침을 멎게 하며 소변을 잘 나가게 하고 변비를 없애며 혈액순환을 좋게 하는 등의 작용이 있다. 35도 이상되는 찹쌀로 만든 증류주를 노간주나무 열매양의 3~4배쯤 붓고 잘 밀봉하여 6개월쯤 어둡고 서늘한 곳에 두었다가 열매는 건져버리고 술만 따라 두었다가 소주잔으로 한잔씩 아침저녁으로 마신다. 향기도 좋고 양기부족, 변비, 불면증, 중풍 후유증, 신경쇠약, 심장병 등에 좋은 효험이 있다.

정유성분이 콩팥을 자극하여 이뇨작용을 하므로 몸이 붓거나 소변이 잘 안나오는 증세에 쓸 수 있으나 오래 쓰거나 많이 쓰면 오히려 부작용이 나타날 수 있다. 그러므로 신장염이나 심장성 신염 등에는 쓰지 않는 것이 좋다.

노간주나무 열매와 빙설당을 같은 양으로 하여 항아리 속에 담고 잘 봉하여 땅속에 1년동안 묻어 두면 향기가 뛰어난 술이 된다. 이 술을 조금씩 자주 마시면 신경통, 관절염, 중풍으로 인한 사지마비 등을 치료한다. 노간주나무 열매의 독성을 없애고 약성만 남게 하는 가장 좋은 방법이다.

노간주나무 열매는 기름이 많이 나오지 않는다. 열매 5 되에서 한 홉쯤을 얻을 수 있다. 열매가 달리지 않는 나무가 더 많으므로 열매를 따기도 쉽지 않다. 그러나 난치 관절염이나 통풍으로 고생하는 사람이 이 기름을 한번 써 보면 그 뛰어난 효과에 반해

버릴 것이다.

본디 노간주나무는 아메리카 인디언들이 요통, 부인병, 천식, 염증 등 갖가지 질병에 널리 쓰던 약초다. 북아메리카 지역의 인디언들은 노간주나무를 거의 만병통치약처럼 활용하였다. 노간주나무 열매에는 최근 뛰어난 항암작용이 있다는 것이 확인되었다. 우리나라에 흔한 노간주나무를 잘 활용하면 난치병을 치료하는데 큰 도움이 될 수 있을 것이다.



### 시간안내

#### <북한 동의보감>

허창걸 지음 도서출판 창조문화  
신국판/576쪽 내외/값10,000원



국민 삶의 질이 향상될수록 건강에 대한 관심도 높아지고 있다. 이럴때 북한에서 최고의 한의학 전문가로 손꼽히던 허창걸씨가 북한 동의보감을 발행하여 출판계의 화제를 불러 일으키고 있다.

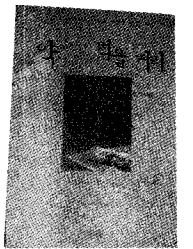
고려약재 1,500여종과 고려약 처방전 280종, 고려민간요법 17가지를 수록한 북한 동의보감은 고려약재의 연구발전은 물론, 한의학 분야에서 진일보한 북한의 연구를 한눈에 볼수 있다. 원래 북한에서는 동의보감을 고려약이라고 부르고 있으며 고려약의 활용도는 광범위하여 북한 주민들은 국가가 정한 처방전으로 쉽게 건강을 예방, 치료하고 있다.

북한동의보감은 방대한 분량의 내용을 약재편, 처방

편으로 나누어 만들었으며 약재편은 고려약재의 성분과 특징에 대해, 처방편은 주민을 위해 만든 국규처방전과 요법을 수록하였다.

#### <약초는 신이 준 선물이다>

한국민간요법연구회 회장 권혁세 지음, 신국판/256쪽 /값8,000원



우리 먹거리의 신비한 효능을 밝힌 책. 최근 나무생각에서 펴낸 <약이되는 먹거리>(권혁세 지음)는 우리 주변에서 쉽게 찾을 수 있는 먹거리 111가지를 추려 성분과 약효를 일반인들이 쉽게 알 수 있도록 소개한 것이다.

우리 산약초는 약3,200여 가지 정도 되고 그중 약용이나 식용으로 쓸 수 있는 것이 950종 정도. 그 가운데 360여 종은 독성도 없어 누구나 마음놓고 쉽게 쓸수 있는 것들이다.

한국민간요법연구회 회장인 저자(62세)가 평생의 연구끝에 펴낸 이책은 건강하고 친자연적인 삶을 원하는 모든 주부와 미혼여성들에게 좋은 지침서가 될것이다.

### 서유럽에서 인기있는 생약재 ⑥

- 갈귀덩굴, 민갈취(Cleavers, Gallium aparine)

## 임파선 증강에 효험 위암치료에도 사용

이 식물은 작물에 피해를 주는 잡초로 각지의 산기슭, 밭두렁에 자란다.

줄기는 60~90cm이고, 네모 났으며, 모서리에 잔가지가 자란다(그림 참조). 6~8개의 털난 버들잎 모양의 잎이 나란히 돌려 붙어있는 것이 특징이다.

이 식물의 주된 성분은 아스페롤로사이드, 갈로탄닌 등이며, 당뇨, 소염제, 강장제 등으로 널리 이용된다. 주로 꽃피기 전에 수확하여 음건 한 후 약제로 이용된다.

이 식물은 임파선 증강에 매우 효험이 있으며, 위암치

료에도 오랫동안 민간에서 사용되어 왔다. 또한 민간에서는 피오즘, 타박상, 중이염, 대장염, 감기 등에 전초(팔선초)를 7~18g 달여먹는다. 그 외에도 이 식물은 건선피부염, 방광염 등 이루어 헤아릴 수 없을 정도로 그 이용가치가 크다. 이 식물에 관한 연구보고를 보면 만병통치약으로 불릴만큼 약효가 탁월하다. 이들의 사용은 건조된 잎과 전초를 2~3스푼을 끓는 물에 넣고 10~15분 후에 매일 3번 마신다. 티크액은 2~4ml 1일 3회 복용한다. 아직까지 이 식물에 대한 부작용은 크게



보고되고 있지 않다.

인터넷에 보면 100캡슐이 6.64\$, 다이어트용으로 60정이 10.12\$에 판매되고 있다. 자세한 것은 <http://www.agric.gov.ab.ca/pests/weeds/64010030.html>를 참조하기 바란다.

최명석 교수  
(경상대학교 산림과학부)