

# 『醫方類聚』 치법편의 구성과 특징

- 食治 · 禁忌 · 鍼灸 · 導引篇을 중심으로 -

한국한의학연구원 학술정보부 안상우 · 최환수

## Methods of medical treatment in 『Euibangyoochui』

Ahn Sang woo · Choi Whan soo

『Euibangyoochui』 is a great medical encyclopedia composed of 91 symptoms and signs of diseases which classified 150 kinds of reference books. It consisted mainly of fifty thousands of herbal prescriptions and therapeutics but it deals with other treatments like diet therapy, precautions, acupuncture and moxibustion, physical and breathing exercises as well. Unlike other medical references, this book made up these treatments as independent chapters. We tried to catch the meanings and characteristics of each chapters.

---

『醫方類聚』는 150여종 인용문헌의 내용을 91문의 병증문별로 분류한 다음 중복된 내용을 취사하는 등 일련의 정리와 수정과정을 거쳐 방대한 지식정보를 주제별로 정리한 대단위 의학정보사전이라고 할 수 있다. 물론 내용의 구성은 5만여 종에 달하는 치료처방이 중심이 되겠지만, 이에 앞서 전제되는 이론편과 매 문마다 부가된 食治, 禁忌, 鍼灸, 導引 등 기타 요법 또한 적지 않은 분량이다.<sup>1)</sup> 이는 또한 앞서 간행한 『鄉藥集成方』에서 병증목별로 간단한 몇 가지 조문의 이론과 단방요법 식으로 몇몇 문에만 침구와 도인법이 첨가되었던 것에 비하면 그 비중이 매우 중요시되었음을 알 수 있다. 특히 식치, 금기, 도인법이 이론과 방약에 필수적인 병용요법으로서 별개의 본편으로 구성된 것은 단순한 방약 위주의 對症治療 수준에서 벗어나 질병 발생 이후의 치료에 앞서 예방의학이 중시되었음을 뜻한다. 또 금기, 양생법을 병용함으로써 치료 후처치 또는 재활의학에 대한 관심이 증대되었음을 의미한다.

본고에서는 일반적인 처방서의 기본골격을 이루는 이론과 방약 부분을 제외하고

---

1) 안상우 외. 『의방유취의 데이터베이스 구축』. 한국한의학연구원, 1998.

『의방유취』에서 다른 편으로 독립하여 구성된 식치, 금기, 침구, 도인편을 별도로 분리하여 고찰함으로써 치료편이 갖는 의미와 각 편별 특성을 알아보기로 한다. 먼저 제1절에서는 『의방유취』 구성상 독특하게 구성된 치료편의 구성과 각 편별 소재를 조사하고 그 비중을 가늠해 보았다. 이어 제2절에서는 각 편별 인용문헌을 살펴봄으로써 그 특성을 파악하여 『의방유취』에서 정리된 치료편의 의미를 되새겨 보기로 한다. 제1절이 외형상의 편제 상황을 조사 집계한 것이라면 제2절은 내용상의 특성을 소개하는 개요부라고 할 수 있다. 이것은 방대한 분량의 『의방유취』에 담긴 내용을 손쉽게 파악하고자 하는 입문 연구자에게 다소나마 개략적인 윤곽을 그려볼 수 있도록 기본적인 정보를 제공해 주는 지침서 역할을 하리라고 생각한다.

## I. 치법편의 구성

### 1. 『의방유취』 치법편의 편제

『醫方類聚』는 권, 책으로 이루어지는 외형적 편차와 별개로 내용상 전체를 91대문으로 나눈 다음 각 문의 이론을 먼저 소개하고 이어 치료 처방을 수록한다. 각 병증 문은 이 병증론 혹은 총론과 처방편을 위주로 구성하고 이어 식이요법, 금기, 침구, 도인편이 부수적인 치료기법편으로 편성되어 있다. 이러한 체제의 구성은 권1의 인용서목 다음에 수록된 의방유취 ‘범례’를 통해 확인해 볼 수 있다<sup>2)</sup>.

“一, 諸門內論及藥畢書後, 繼書食治禁忌導引.”(凡例)

『의방유취』 전체 91문 중 66문에 치료법이 별도 편제되어 있다. 이 중 부인문의 4소문, 소아문의 21소문을 포함하여 총 89편의 치료법이 실려 있다. 총론문, 제습문을 비롯하여 치료법이 별도 소재되어 있지 않은 경우는 25문이다.

기법별로는 食治가 39편으로 소재 편수는 많지 않으나, 분량이나 치료법은 가장 많았다. 질환증상으로는 역시 내상질환이나 노인성, 소아질환에 죽, 고, 술, 차 등을 이용한 요법이 많이 소개되었다.

禁忌편은 총 45편으로 내상질환이나 창양, 피부질환 등 외과질환에 많이 편제되어 있었으며, 상대적으로 근골격계 질환이나 소아질환에는 많지 않았다. 금기에는 일반적인 服藥禁忌 뿐만 아니라 飲食禁忌, 起居禁忌 등 환자의 일상 생활상의 금기사항을 포괄하고 있다.

2) 안상우. 의방유취 총론의 체제와 인용방식 분석. 경희대논문집, 1999.

鍼灸편은 의방유취에서 가장 빈약한 편으로 65편에 걸쳐 소개하여 빈도수는 많지만 내용은 상당히 간략한 편이다. 導引편은 48편으로 비교적 골고루 분포되어 있으며, 다만 소아문에서 단 한편도 소개되지 않았다. 이것은 영유아의 경우, 호흡이나 기공을 비롯한 도인법을 시행하기 어려운 까닭에서 기인한 것으로 보인다.

참고로 각 병증문중 식치, 금기, 침구, 도인법이 모두 수록된 것은 총 18문으로 五藏, 諸風, 眼, 耳, 諸氣, 腰脚, 脚氣, 霍亂, 咳嗽, 消渴, 水腫, 諸淋, 諸痢, 諸虛, 癩癩, 中惡, 諸瘻, 痔漏門이다.

다음의 표는 의방유취 치료편이 소개한 각 문별 편재 현황을 조사한 것이다. 4종의 치료법 중 1종 이상이 수록된 대문을 조사한 것이며, 있는 경우 원권(○)으로, 없는 경우에는 점(·)으로 표시하여 대비하였다. 부인, 소아문의 경우 소문 단위로 여러 다른 편이 이루어져 있으며, 각 병증별로 소개 유무가 달라 구분하여 명기하였다.

표 1. 의방유취 각 문별 치법 편재 현황

大門 W 治 法	食 治	禁 忌	鍼 灸	導 引	大門 W 治 法	食 治	禁 忌	鍼 灸	導 引
五藏門	○	○	○	○	中惡門	○	○	○	○
諸風門	○	○	○	○	酒病門	·	○	·	○
諸寒門	·	·	○	·	蠱毒門	·	·	·	○
諸暑門	○	·	·	·	諸蟲門	·	·	·	○
傷寒門	·	○	○	○	蟲傷門	·	·	○	·
眼門	○	○	○	○	獸傷門	·	·	○	·
齒門	·	○	○	○	癩疹門	·	○	·	·
咽喉門	·	·	○	○	疥癬門	·	○	·	○
口舌門	·	○	○	○	諸臭門	·	○	·	○
耳門	○	○	○	○	癰疽門	·	○	○	○
鼻門	·	○	○	○	諸瘻門	○	○	○	○
頭面門	·	○	·	○	癭瘤門	·	○	·	·
毛髮門	·	○	·	○	痔漏門	○	○	○	○
四肢門	·	·	○	·	金瘡門	·	○	·	·
血病門	·	○	○	○	折傷門	·	·	·	○
諸氣門	○	○	○	○	諸瘡門	·	○	○	○
諸疝門	·	·	○	○	湯火傷門	·	·	○	·
陰癩門	·	·	○	·	救急門	·	·	○	·
諸痺門	○	·	·	·	養性門	·	○	·	○
心腹痛門	○	·	○	○	婦人門 調經	·	○	○	·
腰脚門	○	○	○	○	積聚	·	·	○	·
脚氣門	○	○	○	○	乳癰	·	○	○	○
脾胃門	○	·	·	○	妊娠	○良治	○	○	·
三焦門	○	·	○	○	產後	○	○	○	·
齋胃門	○	·	○	○	小兒門 頭面	○	·	○	·
嘔吐門	·	○	·	○	耳	·	·	○	·
膈噎門	○	·	○	○	齒	·	·	○	·
霍亂門	○	○	○	○	行遲	·	·	○語遲	·
宿食門	·	·	·	○	心腹痛	·	·	○心痛	·
積聚門	·	○	·	○	嘔吐	○	·	·	·
咳嗽門	○	○	○	○	霍亂	○	·	·	·
諸瘧門	·	·	○	·	咳嗽	○	·	○	·
消渴門	○	○	○	○	積聚	○	·	○	·
水腫門	○	○	○	○	腫脹	○	·	·	·
脹滿門	·	·	·	○	大小便	○	·	○	·
黃疸門	·	·	○	·	諸痢	○	○	○脫肛	·
諸淋門	○	○	○	○	癩疝	·	·	○	·
大小便門	○	·	○	○	諸疝	·	·	○	·
諸痢門	○	○	○	○	驚癇	○	·	○	·
泄瀉門	·	·	○	·	啼	○夜啼	·	·	·
諸虛門	○	○	○	○	中惡	·	·	○	·
痼冷門	·	·	○	·	傷寒	·	·	○	·
積熱門	·	·	○	·	疹痘	·	○	·	·
驚悸門	·	○	○	·	諸熱	○	·	·	·
健忘門	·	○	·	○	雜病	·	○	○	·
癩癰門	○	○	○	○	계	39	45	65	48

## 2. 치법편의 소재

현존 성종초간본 『의방유취』는 전체 266권 중 262권이 일본 宮内廳 書陵部 圖書寮에 보존되어 있다. 그러나 현존본 중에서도 일부 결락본이 있으며, 현재 전해지는 내용 중 일부는 일본에서 喜多村直寬이 聚珍版 重刊시 澁江抽齋가 복원한 것이다. 80년대 중국에서 이루어진 校點本<sup>3)</sup>은 이 重刊本을 底本으로 하였기 때문에 중간본의 오류가 원문에 그대로 반영된 상태이다. 따라서 이를 토대로 이루어진 교감, 주석의 경우, 오히려 조선 원간본의 원래 모습을 상당 부분 변질시키는 결과를 초래하였다. 또 임의로 변형, 刪削한 부분이 있어 문제점으로 지적된다.

아울러 북한의 정문 필사작업과 국역작업은 적지 않은 공력을 들인 역작이다.<sup>4)</sup> 반면에 이 역시 원간본을 보지 못하여 원문의 오류가 남아 있고 校記를 남기지 않는 등 또 다른 문제점을 남겼다. 국역문에 있어서는 일부 내용이 누락되어 있으며, 문사적 표현이 일체 배제되어 있어 너무 실용성만을 강조한 나머지 원저의 다양한 함의를 담아내고 있지 못한 면이 있다.

표 2는 중국 교점본과 원본 의방유취 마이크로필름의 치법편의 각 문별 소재 부위를 조사하여 대조표를 구성한 것이다. 교점본은 권수와 쪽수로 기입하였고 마이크로필름(M/F)은 원본의 권수(Vol.)와 마이크로필름의 릴번호(Roll.)를 표시한 것이다.

3) 浙江省中醫研究所, 湖州中醫院 校. 醫方類聚(校點本). 北京: 人民衛生, 1982.

4) 東醫科學院 校閱. 『의방유취』. 서울: 여강 영인, 1994.

표 2. 의방유취 치법편의 소재

문W판본	교집본	M/F		문W판본	교집본	M/F	
	권수 : 쪽수	Vol.	Roll.		권수 : 쪽수	Vol.	Roll.
五藏門	I: 317-325	12	3	中惡門	645-648	161	27
諸風門	657-671	24	5	酒病門	746	165	28
諸寒門	680	25	5	蠱毒門	VIII: 26	166	28
諸暑門	711	26	5	諸蟲門	44	166	28
傷寒門	III: 490-495	63	12	蟲傷門	79	167	28
眼門	IV: 198-204	70	13	獸傷門	93	168	28
齒門	284	73	14	癰疹門	103	168	28
咽喉門	372-373	76	14	疥癬門	135	169	28
口舌門	409-410	77	14	諸臭門	147	169	28
耳門	450-451	78	14	癰疽門	376-380	178	30
鼻門	490	79	14	諸瘻門	483-484	181	30
頭面門	565-566	82	15	癭瘤門	496	181	30
毛髮門	593	83	15	痔漏門	581-585	184	31
四肢門	618	84	15	金瘡門	621	185	31
血病門	V: 54-55	86	16	折傷門	IX: 74	188	32
諸氣門	158-160	89	16	諸瘡門	190-191	193	32
諸疔門	205-206	91	17	湯火傷門	231	194	33
陰癰門	222	91	17	救急門	244-245	195	33
諸痺門	232	91	17	養性門	545-550	205	35
心腹痛門	308-311	94	17	婦人門 調經	X: 94	210	35
腰脚門	361-364	96	17	積聚	284	217	36
脚氣門	449-455	98	18	乳癰	356-357	219	36
脾胃門	V: 564-567	102	18	妊娠	X: 524-531	227	38
三焦門	595-596	103	19	產後	831-836	238	39
臟胃門	624-625	104	19	小兒門 頭面	116-117	242	40
嘔吐門	651	105	19	耳	135	242	40
膈噎門	689-692	106	19	齒	142	243	40
霍亂門	749-752	108	19	行遲	153	243	40
宿食門	774	109	20	心腹痛	160	243	40
積聚門	889-890	113	20	嘔吐	186	244	40
咳嗽門	VI: 206-210	120	21	霍亂	203	245	41
諸瘡門	305	123	22	咳嗽	229-230	245	41
消渴門	378-383	126	22	積聚	270	246	41
水腫門	474-481	129	23	腫脹	285	247	41
脹滿門	514	131	23	大小便	360	250	41
黃疸門	552	132	23	諸痢	420-422	252	42
諸淋門	589-593	133	23	癰疽	432-433	252	42
大小便門	679-682	136	24	諸疔	518	255	42
諸痢門	VII: 137-142	141	24	驚癇	653-655	260	43
泄瀉門	182	143	25	啼	672	261	43
諸虛門	481-490	154	26	中惡	680	261	43
瘧冷門	497	157	26	傷寒	737	263	44
積熱門	518	157	26	疹痘	798	265	44
驚悸門	555	158	26	諸熱	827	266	44
健忘門	VII: 564	159	27	雜病	843-844	266	44
癰癩門	604-607	160	27				

## II. 치법편의 편별 특성

### 1. 치법편의 인용문헌

『의방유취』는 알다시피 개인의 독창적인 견해를 피력한 저작이 아니며, 역대 여러 의가의 의방서를 수집·분류하여 집성한 책이기 때문에 편별 특성은 인용된 각 저작의 해당 편별 내용의 특성을 반영한다. 따라서 편별 특성은 인용문헌의 인용부에서 개략적으로 조사할 수 있으며, 이것은 또한 『의방유취』 해당 편의 특성이기도 하다.

인용문헌은 치법편과 문별 특성에 따라 차이가 있다. 즉 몇 종의 인용서를 위주로, 각 요법의 특성에 맞는 인용서를 채택하고 중복되거나 재인용한 내용은 대조 혹은 축합되어 있다. 편별로 인용회수가 많은 주요 인용서를 살펴보면, 식치에서는 『壽親養老書』, 『食醫心鑑』, 『聖惠方』이, 금기에서는 『巢氏病源』을 주된 인용문헌으로 삼고 『千金方』, 『千金月令』 등을 다음으로 인용하였다. 침구는 『천금방』, 『神巧萬全方』, 『得效方』, 『肘后方』 등의 순으로 인용빈도가 높았고, 도인은 『소씨병원』을 주로 인용하였고 『瑣碎錄』, 『성혜방』 등이 비교적 많이 인용되었다. 또한 각각 문의 특성에 따라 전문서를 인용한 경우, 예를 들어 부인문 임신과 산후에 『王岳產書』(식치), 『婦人大全良方』(식치, 금기), 『産寶』(식치), 『胎産救急方』(금기), 『管見大全良方』(금기), 등 婦産科 전문의서를 인용하였고, 안문에 『龍樹菩薩』(금기), 『龍樹菩薩眼論』(침구)과 같은 안과전문서, 응저에 『外科精要』(금기), 『外科正義』(금기)와 같은 외치 전문서가 인용되었다. 양성문에는 『延壽書』(금기, 도인), 『修真秘訣』(금기), 『臞仙活人心法』(도인)과 같은 도가계열의 양생서가 주로 인용되었지만 『四時纂要』(금기), 『事林廣記』(금기)와 같은 類書類도 인용되어 있다.<sup>5)</sup> 『의방유취』 치법편에서 인용된 문헌들을 살펴보면, 보편적인 唐·宋대의 종합방서를 위주로 편성하고<sup>6)</sup>, 각 요법별 해당 내용에 전문성을 보완하고자 금·원·명대의 전문서들을 추가 인용하였다.

### 2. 食治

식치편에서는 무엇보다도 먼저 ‘식치로서 攝養을 잘하면 굳이 服藥할 필요가 없다’

5) 다만, 양성문 태반의 원문이 逸失된 상태이고 일부는 복원된 내용이어서 전체적인 윤곽만을 말할 뿐이다. 또 양성문의 본편 즉 처방편 역시 도인법 관련 내용이 대종을 이루어 이 부분은 엄격히 구분되어 있지 않음을 염두에 두어야 한다.

6) 최환수·신순식. 『의방유취의 인용서에 관한 연구(1)』. 『한국한의학연구원논문집』 제3권 제1호. 1997: 3: 32. “식치에 서는 당대이전과 송대, 금기에서는 당대이전, 침구에서는 당대이전과 금원대, 도인에서는 당대이전의 인용서가 가장 많은 비중을 차지하고 있다”고 하였는데, 이는 단순히 인용된 회수만을 중심으로 언급한 것이다.

하고<sup>7)</sup>, 또 ‘질병을 치료할 때도 우선 식이치료를 먼저 행하고 나서 약을 사용하라’고 한 것<sup>8)</sup>을 보면 식치를 대단히 중시하였음을 알 수 있다. 전체적으로 노인(養老)과 소아문은 대부분이 식치를 언급하고 있고, 또 부인문의 경우 임신과, 산후에 많은 식치방이 소개되어 있다. 일반적으로 문에 해당하는 질환을 치료할 수 있는 식치방을 소개하였지만, 三焦門에서는 구체적인 음식치료방이 적혀 있지 않고 단지 五味 중의 어떤 맛을 취하라는 식의 설명만 있었다.

식치편의 기술을 살펴보면 크게 음식물의 가공법과 제형으로 나뉘볼 수 있다. 우선 음식물을 생으로 먹는 경우, 汁(혹은 搗絞汁), 洗滌, 乾燥, 鱠, 膾, 분말 등을 내서 복용하였다. 음식재료를 가공하는 경우, 불을 사용하여 재료를 찌는 蒸熟, 달이는 煎, 삶는 烹·煮·臛<sup>9)</sup>, 볶는 炒, 재료를 굽는 煨·炮·炙 등과 재료를 酒浸, 잠<sup>10)</sup>, 술에 뜨거운 것을 넣어 술의 온도를 높인 후에 마시는 경우<sup>11)</sup>, 즙을 내서 밀가루반죽에 넣는 방법, 분말을 내서 복용하는 방법 등이 있고 불을 사용하지 않는 가공법이 있었다. 하지만 하나의 식치방을 만드는데 여러 가지 방법을 사용하는 경우가 많았다. 예를 들어 즙을 만들 경우에도, 단순히 재료를 생으로 즙을 만들거나 혹은 煮·煎을 하여 그 汁을 만들기도 한다. 혹은 식물성 재료의 경우 삶아서 그 물을 건조해서 가루를 내고 이를 다시 물이나 꿀에 타서 즙을 내는 경우도 있으며, 단순히 鱠를 만들기도 하지만, 특이한 경우 鱠를 만들어 놓고서 별도의 약재가루를 달여서 그 달인 즙으로 소스를 만들어 회에 뿌리는 것도 있었다.<sup>12)</sup> 고기를 삶는 경우, 양념을 치는 경우와 그렇지 않은 경우가 있고 어떤 경우는 동물의 내장 안에 약재를 넣고 삶는 경우도 있으며, 재료를 굽는데 있어서는 灰中에서 굽거나 혹은 화로에서 익히거나, 혹은 종이에 싸서 굽는 경우 등이 있었다. 식치방의 가공법 중 煮와 煎의 방법이 가장 많이 활용되고 있었다. 또 술에 뜨거운 것을 넣어 술의 온도를 높인 후에 술을 마시는 경우는 임신이나 산후에만 사용되었는데 특기할 만하다.

7) “人體平和, 惟須好將養, 勿妄服藥, 藥勢偏有所助, 令人藏氣不平, 易受外患.”(『의방유취』, 卷12, 五臟門, 千金方) 이하 『의방유취』 원문 출전의 서명 생략. 卷數, 門名, 引用書 순 표기.

8) “凡欲治病, 且以食療, 不愈, 然後用藥”. (卷102, 脾胃門, 食醫心鑒)

9) “治久患痔, 下血不止, 肛邊及腹肚疼痛, 野猪肉炙方: 右以野猪肉二斤, 切作炙著椒鹽葱白臛熟, 空心食之.” (卷184, 痔漏門, 食醫心鑒)

10) “治漏瘡, 肛門周圍有孔十數, 諸藥不效, 用熟犬肉蘸濃藍汁, 空心食之, 不食犬肉, 驢肉代之, 七日自安.” (卷184, 痔漏門, 得效方)

11) “治產後血痕兒枕痛, 秤錘酒方: 鐵秤錘一枚 斧頭鐵杵亦得 酒一升 右燒秤錘令赤, 投酒中良久, 去錘, 量力服.” (卷184, 痔漏門, 得效方)

12) “治脾氣弱, 大腸虛冷, 痢白如膿涕, 腰臍切痛方: 鯽魚作鱠, 右以橘皮胡椒時羅等末, 熟煎豉汁, 投鱠于中, 空心食之.” (卷141, 諸痢門, 食醫心鑒)

식치방의 제형측면을 살펴보면, 粥과 국(羹)의 형태가 다양한 질환에서 가장 많이 사용되었다. 이 중에는 죽과 국의 형태가 혼합된 경우도 있는데, 나물죽(糝)이나 찹쌀로 죽을 쑀 다음 여기에 약물을 넣어서 먹는 경우, 재료로 죽을 만들고 재료에서 나온 즙에 다른 약재를 넣어 국으로 먹는 경우도 있었다. 또 보통 국과 고깃국(臠)의 구별이 있고, 술과 죽을 함께 하는 경우가 있다. 이외에도 밥(飯), 떡(餅)<sup>13)</sup>, 미음(漿), 차(茶), 삶은 고기(臠), 절인 고기(臠), 수제비(餛飩)<sup>14)</sup>, 만두 혹은 빵(餛飩)<sup>15)</sup> 등 음식물 형태로 만드는 경우도 있지만, 湯, 丸, 散, 酒 등의 약물제형도 있었다. 또 이들 식치방은 대부분 먹고 마시는 것이 주종이지만 신체 일부를 약물에 담그거나<sup>16)</sup> 적시게 하는 경우도 있고, 또는 주머니모양으로 만들어 좌약으로 사용하는 경우도 있다.<sup>17)</sup> 이외에도 재료를 煎하여 즙은 마시고 찌꺼기는 몸에 붙이게 하는 것<sup>18)</sup>, 입에 물고 있게 하는 것 등도 특이한 사용법이다. 좀 더 특별한 제형으로는 동물의 내장 안에 약재를 넣고 蒸熟하여 이를 먹는 肚方<sup>19)</sup>, 약료에 꿀을 넣고 곱게 간 후에 밀가루를 넣고 다시 우유를 타서 묽게 반죽하여 이것을 연뿌리 구멍에 흘려 가득 차게 한 후 시루에 찌서 먹는 灌(藕)方<sup>20)</sup>이 있다.

식치는 『周禮』 天官篇의 기록(食醫·疾醫·瘍醫·獸醫)<sup>21)</sup>을 위시로 고대로부터 전통적으로 중시해온 부분으로 질병의 치료에 앞서 예방을 강조할 때 늘 첫 손꼽히던 분야이다. 이 『의방유취』 식치편은 全循義의 『食療纂要』(失傳)와 함께 조선 초기 음

13) 이 중에는 煎餅과 索餅이 대부분임.

14) “食治老人中風，口目瞶動，煩悶不安，牛蒡餛飩方；牛蒡根切，一升，去皮，曝乾，杵爲麵，白米四合，淨淘研之，右以牛蒡粉和麵作之，香豉汁中煮，加葱椒五味臠頭，空心食之，恒服極效。”(卷24, 風門, 壽親養老書)

15) “治腎氣虛損，腰脚疼痛，羊腎餛飩方；五味子 山茱萸 乾姜 炮裂 川椒 去目及閉口者，微炒去汗 桂心 各一兩 右件藥，搗細羅爲散，每日取羊腎一對，去脂膜細切，入散兩錢，木臼內搗如泥，作餡用，和面捻作餛飩，以水煮熟，和汁食之。”(卷96, 腰脚門, 聖惠方)

16) “若腫從脚起，稍上進者入腹則煞人，治之方；小豆一斛，…… 煮令極爛，得四五斗，…… 汁，溫以漬膝已下，日二，爲之數日消盡。”(卷129, 水腫門, 肘後方)

17) “待孔卒痛如鳥啄，取大小豆各一升，合搗作二囊，蒸之及熟，更互坐之，卽差。”(卷184, 痔漏門, 大和本草)

18) “若腫從脚起，稍上進者入腹則煞人，治之方；…… 又方：煮豉汁飲，以滓傳脚。”(卷129, 水腫門, 肘後方)

19) “治五勞七傷，羸瘦虛乏，釀猪肚方；獐猪肚一枝，淨洗，去脂 杏仁一兩，去皮尖，研 人參一兩，…… 右件藥，搗羅爲末，每用藥 一兩，入酥，棗，杏仁，米等，相火令勻，入猪肚內，以麻綿縫合，卽于甑內蒸令熟，切作片，空心漸漸食之。”(卷154, 諸虛門, 聖惠方)

20) “益心潤肺，治胸膈煩躁，除咳嗽，灌藕方；生藕三挺大者 生芋藥三兩 白茯苓末，三兩 麵四兩 天門冬二兩，去心，細切 棗三七枚，去皮核 牛乳二合 蜜六合 生百合二兩 右將百合 芋藥 天門冬，爛研入蜜，更研取細，次入棗瓢，次入茯苓，次入麵，漉和乾，卽更入黃牛乳調看稀稠得所，灌入藕中，逐竅令滿，卽于甑中蒸熟，每飯後或臨時少少食之。”(卷154, 諸虛門, 聖惠方)

21) “……食醫中士二人……”，“食醫，掌和王之六食六飲六膳百羞百醬八珍之齊……”(『周禮』 天官冢宰篇)

식치료법을 다룬 유일한 전문저작으로 매우 소중한 기록이다. 특히 우리 나라는 고려로부터 ‘茶藥併用’이라 할 정도로 약물보다는 飲食과 飲茶를 즐겨했으며, 이로 인해 醫藥이 부재한 것으로 오인되기도 했다.<sup>22)</sup> 또 음식조리에 관한 전문서는 조선 중기 이후에 저작된 것만이 현존하고 있어 다양한 조리법과 음식치료법이 소개된 식치편은 의학 뿐 만 아니라 조선 전기 식생활문화와 음식조리법을 파악할 수 있는 매우 소중한 사료가치를 갖고 있는 것으로 평가된다.

### 3. 금기

금기는 음식 금기, 기거에 대한 금기, 질병과 치료후 조리상 금기 등으로 구분할 수 있는데, 이 중 음식에 대한 금기가 가장 많은 내용을 차지하고 있다. 대략 서술형식을 살펴보면, 음식에 대한 금기는 대부분 ‘어떤 음식을 먹을 경우 다른 음식을 먹지 않으면 질병에 걸린다’, ‘어떤 형태 혹은 부위가 없는 재료를 먹을 경우 질병이 걸린다’, ‘어떤 시간(계절)에 어떤 음식을 먹으면 질병이 발생한다’ 등의 방식으로 서술되고, 기거에 대한 금기는 ‘어떤 것을 지키지 않으면 질병이 발생한다’ 는 식으로 서술되었다. 전체적으로 음식, 기거, 질병과 치료후 조리에 있어서 질병의 원인 혹은 誘因이 되는 상황을 피하거나 금지해야 함을 서술한 것이다.

음식에 대한 금기는 五味를 중심으로 재료의 약성을 말한 설명, 음식 재료의 신체 접촉, 가공이나 보관상의 금기사항도 언급되어 있다. 음식 금기중 대부분은 어떤 재료와 어떤 재료를 함께 먹는 것을 금지한 것인데, 예를 들어 돼지고기와 생강을 함께 먹으면 중풍이 발생한다<sup>23)</sup>고 하였다. 특징적인 형태나 형체를 가진 것 중 부족한 경우의 재료를 먹는 것을 금지하는 내용이 대부분을 차지하는데, 예를 들어 빨간 눈을 가진 물고기의 회를 먹을 경우 뱃속에 積塊 혹은 기생충이 발생한다<sup>24)</sup>고 하였다. 이외에 어떤 재료를 많이 먹거나 오랫동안 먹는 것을 금지, 어떤 음식을 포식하고 나서의 눕거나 머리를 감거나 앉아서 일하는 등의 행동에 대한 금기, 음주후에 길에서 자는 것이나 어떤 음식을 먹거나 땀을 내고 목욕을 하거나, 찌치료를 하지 말라는 등의 금지, 복용상의 금기 등이 있다. 특히 계절과 시간에 따른 음식의 금지사항을 월별로 언급한 경우가 많았는데, 특이할만한 것이라고 생각된다.

기거상의 금기 중 수면과 汗出 시의 금기 내용이 상대적으로 다른 내용에 비해 많

22) 徐兢, 『宣和奉事高麗圖經』(A.D.1123). 권32 茶菹. “麗人謂(茶)湯爲藥”.

23) “豬肉與生姜同食, 發大風.” (卷24, 風門, 山居四要)

24) “養生方云; 魚赤目作鱸, 食之生癩.” (卷113, 積聚門, 巢氏病源)

다. 즉 수면시 술에 취해 자는 동안 바람을 맞는 것, 취해서 길에서 자는 것을 금지하고 있고 한출시 책상에 발돋움하여 다리를 매달린 형태로 있는 것, 땀에 젖은 옷을 갈아입지 않는 것 등을 금지하고 있다. 생리대사로 소변이나 대변을 억지로 참는 것, 이밖에도 목욕·걸음걸이·성교·웃음·감정·신체의 자세 등에 세부적으로 금지해야 할 내용을 언급하고 있다. 특히 양성문에서는 종교적 계율과도 같은 금기사항을 언급하기도 하며<sup>25)</sup>, 주문을 통한 치료<sup>26)</sup> 등 금기상 시간, 음식, 기거 전반에 걸친 내용도 소개되어 있다.

질병과 치료 후 조리 중의 금기사항은 앞의 것보다 상대적으로 적게 언급되어 있다. 질병 중 조심해야 할 음식, 질환에 따른 금기사항, 질병 중 기거와 감정에 대한 신중함 등이 언급되었고, 치료후 조리과정도 이와 동일한 내용이 언급되어 있다. 또한 약을 복용할 때의 금기사항도 언급하고 있다. 부인문 임신조에는 주로 음식에 대한 금기가 대부분이나 이밖에도 감정변화·깊은 생각·무리한 노동 등 일상생활의 주의사항도 언급하고 있다. 산후조는 食忌(음식금기), 藥忌(복약금기), 避忌(기거금기)로 간단명료하게 구분되어 있는데 금기편 전체의 내용 또한 이런 분류방식을 적용해 볼 수 있을 것으로 여겨진다. 소아문의 영아금기는 성장기 소아에 있어서 어머니에 대한 금지사항을 주문하고 있는데 授乳期의 모자관계와 절대적인 영향성을 고려한 것임에 분명하다. 또 當禁不禁, 疹痘禁忌, 嬰兒禁忌 등 다소 미신적이라고 판단되는 내용도 있으나 전염성질환으로 인한 영유아기 사망률이 높았던 시대적 한계를 내포하고 있는 기술이다.

#### 4. 침구

전체적으로 수록된 내용에는 침법보다는 구법이 많이 소개되어 있으며, 鍼灸並用療法 혹은 침이나 구를 시술한 후 부가처치나 보조요법이 수반된 경우도 많이 있어 침과 구를 병용할 수 없다는 원칙은 보이지 않는다. 오히려 일부 특정질환의 경우, 침구와 방약을 겸하는 것을 원칙으로 하는 경우도 있다<sup>27)</sup>.

부가처치로는 자침후 출혈, 자침후 흡각, 자침후 膏藥을 貼付하거나 敷藥 塗布, 자침후 洗藥, 자침후 복약, 출혈후 구법, 복약후 구법 등의 경우가 있다. 침과 구법에 대

25) “五戒者, 一曰不殺, 二曰不盜, 三曰不淫, 四曰不妄語, 五曰不飲酒, 嫉妬.” (卷205, 養性門, 千金翼方)

26) “紫微王夫人勅水洗目得清淨法; 呪曰: 濁不穢形, 死不妨生, 摩掌藥目三遍, 令我長生. 青龍在吾左, 白虎在吾右, 朱雀在吾前, 玄武在吾後, 神禁勅水除塵垢, 急急如律令.” (卷205, 養性門, 千金翼方)

27) “鍼灸與方藥并主治之.” (卷160, 癩癩門, 千金方)

한 기본적인 인식은 실증에는 침으로瀉하고 허증에는 뜸으로 補효과를 노린다는 인식을 갖고 있었다<sup>28)</sup>. 또 같은 熱症이라도 實熱에는 침, 虛熱에는 灸를 사용함으로써 침구의 기본효과와 보사기법의 기준을 제시하고 있다<sup>29)</sup>.

침구를 병행하는 경우, 먼저 침을 시술하고 그 다음에 뜸을 시술하는 것이 더 좋다는 기록이 보인다<sup>30)</sup>. 뜸치료에서는 특정혈위의 장수를 지정하는 예가 많지만 일반적으로 환자의 나이를 기준으로 시술정도의 경중을 정하는 경우가 더 많았다.<sup>31)</sup> 소아의 경우, 보통 3-7장에 머물렀으나 15-30장을 제시한 경우도 있다.

또 특수기법으로는 蟻螞의 蟲口를 瘡口에 붙여 놓고 그 꼬리부분에 쑥뜸을 함으로써 수렴효과와 항생물질의 분비를 유도하는 치료법이 소개되고 있다<sup>32)</sup>. 또 침구를 막론하고 시술시의 선후차례를 규정한 곳도 있지만 대부분은 특정 혈위나 痛處만을 지정한 것이 대부분이다.

각 병증문별 침구편중 안문편은 특별히 내장, 외장, 예막의 수술요법이 많이 수록되어 있다. 鉤割法, 針鎌法 등으로 표현된 기법들은 赤脈, 息肉, 예膜, 黃脂, 膿血, 腫核 등을 剝出하거나 出血시켜 제거하기 위한 외과적 처치로 시술시 주의사항이나 진단 및 예후, 금기사항 등이 다른 경우에 비해 매우 상세하고 현대의학의 안과처치기법과 매우 유사하다. 특히 이러한 외치술에는 시술 후처치로 湯散蕩滌, 膏劑點傳<sup>33)</sup>, 藥傳<sup>34)</sup>, 服藥<sup>35)</sup>, 點洗法 등이 수반되었다. 또한 인후종과 같은 열성감염질환에는 割開法<sup>36)</sup>, 출혈법<sup>37)</sup> 등이 흔히 사용되었으며, 이는 출혈후의 解熱 및 消炎효과를 유도하고자한 것으로 보인다. 鼻鍼灸의 針鼻衄法의 예에서는 針과 藥이 모두 효과가 없을 경우, 가는 실끈으로 엄지손가락 큰마디를 묶어 코피가 그치거든 합곡과 삼간을 자침

28) “藏府實而成病法宜針”(卷12, 五臟門, 神巧萬全方)

29) “實熱針足三里, 虛熱灸足三里”(卷76, 咽喉門, 得效方)

30) “鍼灸者, 先針後灸尤佳”(卷12, 五臟門, 神巧萬全方)

31) 이에 대한 문구로 ‘隨年灸, 隨年壯, 依年壯多少, 隨其年灸之, …….’ 등의 표현이 보인다.

32) “灸破傷風法; 右用蟻螞蟲, 口穩于破瘡口上, 用艾灸蟲尾, 蟲口內乾爲效.”(卷12, 諸風門, 經驗良方)

33) “凡自生息肉腫核黃膜之類, 皆以臟腑風熱毒氣熏發于肝, 血氣結滯所成也. 治宜先鉤割鎌, 洗去惡毒, 次以湯散蕩滌, 膏劑點傳之.”(卷70, 眼門, 聖濟總錄)

34) “其眼腫合者, 宜繚眼臉, 視其黑睛上下有黃翳, 根脚連臉, 卽以法針去之, 次以藥傳.”(卷70, 眼門, 聖濟總錄)

35) “凡目赤腫硬, 泪出難開, …… 宜先鎌洗除去毒血, 次服藥攻治.”(卷70, 眼門, 聖濟總錄)

36) “治喉閉, 男左如右, 肘尖上灸三壯, 或割開見血而灸之, 尤效.”(卷76, 咽喉門, 瑣碎錄)

37) “第三穴合谷穴, 穴法口授, 治牙關不開, 則陽靈穴應針, 各刺一刺出血, 入二分, 關竅卽開.”(卷76, 咽喉門, 得效方)

하라<sup>38)</sup>고 쓰여있다. 이것은 아마도 국소혈행을 인위적으로 제한하여 상부출혈을 일으키는 혈류를 하행시켜 지혈효과를 노린 것으로 생각해 볼 수 있다. 극심한 편고증의 경우, 일반적인 자침심도를 벗어나 위중혈에 장침을 써서 다량으로 출혈시킨 병례<sup>39)</sup>도 보고되어 있다.

香油과 뜸을 병용한 독특한 치료법도 있다. 만성적인 心氣痛에 누운 채로 입안에 香油를 머금은 상태에서 心脾骨尖上에 3장의 뜸을 뜨고 나서 기름을 삼키면 즉시 신통한 효험을 본다<sup>40)</sup>고 했다. 이것은 분명 香氣의 신경안정 효과를 노린 것이며, 시술부위는 근래 瘡癩의 전형적인 압통처로 보고된 발현부위(臍中穴)와 거의 일치한다.<sup>41)</sup>

기타 치료과오 또는 부작용의 사후처치방법으로 補藥痞滿, 服藥失度, 灸瘡不差 등에도 뜸을 시술하였다.

침과 구를 동시에 적용한 경우로는 火針, 溫針, 燒針 등이 기재되어 있고 뜸의 재료로 전통적인 쑥뜸(熟艾) 이외에도 鹽, 耳中垢, 天山甲, 斑猫, 乾人糞, 蒜片, 厚紙, 硫黃 등이 단독 혹은 동시에 사용되었음을 볼 수 있다. 뜸 시술부위의 금기사항에 있어서 상처부위나 너무 말라비틀어진 사람에게는 고집하지 않는다<sup>42)</sup>는 원칙을 제시한다.

## 5. 도인

도인편은 대부분 소씨병원 즉 소원방의 제병원후론의 도인 관련 인용문을 위주로 편성되어 있는데, 아마도 도인편에 관한 한 가장 앞선 시기의 전문적인 논술이라고 볼 수 있을 것이다. 그 중에서도 養生方, 養生方導引法이 재인용 형식으로 다량 언급되었다. 오장문에서는 『五臟六腑圖』가 인용되어 있는데, 여기 실린 五藏修養法은 『동의보감』 오장편에 발췌되었을 정도로 후대까지 비중 있게 여겨진 논설이다. 상한도인에서도 역시 소씨병원이 인용되었는데, 대체로 전염성질환을 예방하기 위한 건강체조로 인식할 수 있다. 그 중 온병후에 언급한 四海神名念誦法은 다분히 주술적인 부분

38) “又鍼鼻衄法：針藥不效，三二日不止者，用細線子，系大指本節，其線子繫系定，其衄立止，後可鍼合谷三間。”(卷79, 鼻門, 醫林方)

39) “陝帥郭巨濟病偏枯，二指著足底不能伸，仰先師于京，師治之至則以長針刺委中，深至骨而不知痛，出血一二升，其色如墨，又且繆刺之，如是者六七次，服藥三月病良愈。”(卷84, 四肢門, 東垣試效方)

40) “治心氣痛多年不可者，令患者仰臥，口嚙香油一口，于心脾骨尖上灸三壯，艾如麥子大，灸了，將油咽下，隨即不痛如神。”(卷89, 諸氣門, 經驗秘方)

41) 안상우 외. 『스트레스의 한의요법에 관한 연구』, 한국한의학연구소, 1997.

42) “灸腫令消法：取獨顆蒜橫截厚一分，安腫頭上，……不用灸損皮肉。如體乾不須灸。”(卷193, 諸瘡門, 肘後方)

으로 조선 중기 『分門瘟疫易解方』에 그대로 전재되었으며, 허준의 『新纂辟瘟方』에도 올랐으나 『동의보감』 간행시 삭제된 부분으로 온역을 비롯한 전염성 질환에 대한 인식이 전환되었음을 방증해 준다. 안문 도인의 경우, 손바닥을 비벼 발열시킨 다음 양쪽 눈에 대주는 눈병예방법<sup>43)</sup>이 소개되어 있는데, 이 방법은 『山居四要』, 『구선활인심법』에도 소개되어 있으며, 이런 책을 통해 『退溪活人心』의 도인법으로 이어져 조선 선비들의 양생법에 많이 이용되어졌을 것으로 판단된다.<sup>44)</sup> 오장문과 아치문에는 전통적인 叩齒법<sup>45)</sup>이 많이 소개되어 있고 이와 함께 침을 머금어 삼키는 방법<sup>46)</sup>이 대중이다. 그러나 노화의 일종인 齒落현상을 효과적으로 제압할 수는 없었던 듯, 陰呪 혹은 默呪와 같은 주술적 방법도 함께 수록되어 있다. 또 소갈도인편에는 밥을 여러 번 씹고 식사 후에 자지 말 것을 당부하고 이를 ‘穀藥’이라 표현하고 있다. 아울러 이와 함께 ‘氣和’ 즉 즐거운 마음가짐이야말로 진짜 좋은 명약이라<sup>47)</sup>고 강조하고 있다.

인용문 중 특이한 문구로는 양생도인편의 天竺國按摩(일명 婆羅門法), 老子按摩法<sup>48)</sup>이 소개되어 있는데 도인편이 인도지방의 요가체조로부터 영향을 받고 도가계열의 수련법에 영향을 미친 것임을 짐작할 수 있다. 같은 편 『瑣碎錄』에는 다음과 같은 경구가 들어 있는데 건강을 유지하는 원칙이 예나 지금이나 크게 다르지 않음을 말해준다. “늙어서 건강을 지키려 하는 것은 가난해진 다음에 저축하려 마음먹는 것과 같으니 그때서야 부지런을 떨어보아도 아무런 이득이 없다”.<sup>49)</sup>

도인편 중 더욱 특이한 내용으로는 『經驗秘方』의 影尺法을 빼놓을 수 없다. 여기에 등장하는 鈎股法(句股法)<sup>50)</sup>이란 고대 회랍의 피타고라스 정리에 해당하는 동양 전통수학의 명칭으로 이를 응용한 影尺 즉 그림자로 시각을 읽는 법을 논설하고 있다. 물론 이 부분은 의학 실질과는 다소 이격된 감이 없지 않으나 계절과 시간의 흐름을

43) “又云; 鷄鳴以兩手相摩令熱, 以熨目, 三行, 以指抑目, 左右有神光, 令目明不病痛。”(卷70, 眼門, 巢氏病源), “導引; 五更初仰臥, 以兩手掌相摩令熱, 急熨兩眼三十遍。”(卷70, 眼門, 神巧萬全方)

44) 이 뿐만 아니라 위의 두 책은 모두 조선에서 활자와 목판으로 거듭 간행되었으며, 『구선활인심법』에 소개된 導引法, 祛病延壽六字法, 四季養生歌 등의 내용이 모두 퇴계활인심에 전재되어 있다.

45) 이를 탁탁 맞부딪치는 것으로 琢齒로도 표현됨.

46) 咽唾, 口中唾, 漱口 등으로 표현.

47) “法云: 解衣悒臥, ..... 數嚼少湍涸, 食已, 亦勿眠, 此名穀藥并與氣和, 卽眞良藥.”(卷126, 消渴門, 巢氏病源)

48) 『醫方類聚』, 卷205, 養性門, 千金方 참조.

49) “..... 人待老而保生, 是猶貧而後蓄積, 雖勤動亦無益矣.”(卷205, 養性門, 千金方)

50) “鈎股之法, 古今自是不同, 故立八寸表, 其景以寸代尺, 以分代寸, ..... 然鈎股之法, 既曰以寸代尺, 以分代寸, 立春秋二分, 景妙之妙, 當置景尺, 隨日景而轉移, 測其時刻, 豈不便歟.”(卷205, 養性門, 經驗秘方, 影尺提法)

정확히 측정하기에 간편하지 않았던 시대에는 인간의 행동양식과 양생을 위한 기거생활과는 밀접한 관련이 있다고 볼 수 있다. 아울러 금원시대에 본격적으로 불기 시작한 오운육기학의 의학적 응용과 이를 수용하고 과학적 관심이 최고조에 달했던 세종 연간에 『의방유취』가 이루어진 점을 미루어 볼 때 상당 부분 연계성을 가지고 있을 것으로 짐작된다. 여기서는 본격적인 논고를 미루고 관련 전문가의 논구를 기다리기로 한다.

이상 『의방유취』 도인법은 대개 실내에서 사지를 동작하여 혼자서 행할 수 있는 좌식체조법이나 호흡법, 신체의 특정부위를 자극하는 경락안마법 위주로 소개되어 있고 外丹이나 武功과 같은 특별한 교육이나 수련을 요하는 방법은 많지 않다. 또 종교적 수행이나 도가 수련에서 보이는 특수한 수련법과 전문용어도 드물어 이러한 일련의 편찬과정을 통해 이미 도가수련과 의학적인 양생법이 상당 부분 분리되기 시작했음을 느낄 수 있다.

### III. 결어

의방유취 치료편은 이론 방약과 함께 식치, 금기, 도인, 침구편이 별편으로 구성되어 있어 이전의 의서에 비하여 상대적으로 매우 비중이 높게 편재되어 있다. 비록 주내용인 처방편에 비해 양적으로 많지 않지만 의방유취의 방대한 분량을 감안할 때 매편마다 독자적인 단행본을 구성할 수 있을 정도로 풍부한 내용이다. 이것은 의방유취 간행을 즈음하여 단일처방 위주의 대증투약으로부터 질병의 예방, 진단, 치료, 사후처치로 이어지는 의학적 처치에 대한 인식이 매우 광범위해 졌음을 의미한다.

치료편의 인용문헌을 살펴보면 식치편에서는 『수친양노서』, 『식의심감』, 『성혜방』이, 금기에서는 『소씨병원』, 『천금방』, 침구편은 『천금방』, 『신교만전방』, 『득효방』, 『주후방』, 도인편은 『소씨병원』, 『쇄쇄록』, 『성혜방』 등이 주로 인용되어 보편적으로 당송대의 종합방서를 위주로 편성하고, 각각 문의 특성에 따라 해당 내용에 전문성을 보완하고자 금·원·명대의 전문서를 추가 인용하였다.

식치편은 고대로부터 전통적으로 한의학에서 중시해온 부분으로 질병의 예방을 강조할 때 늘 첫 손 꼽히던 분야이다. 이 의방유취 식치편은 조선 초기 음식치료법과 조리법을 다룬 유일한 전문저작으로 매우 중대한 사료가치가 있다.

금기편은 크게 보아 복약금기, 음식금기, 기거금기로 大分할 수 있으며, 예방의학적 측면과 치료후처치를 함께 고려한 것으로 그중 일부 내용은 건강생활 수칙으로 활용가치가 있을 것으로 판단된다.

침구편은 전문적인 침구관련 저작이 나오기 이전의 것으로 내용은 비록 방약에 수반한 부가요법의 성격을 벗어나기 어려우나 이전의 의학서에서 병증목별로 부기되던 것에 비하면 질적, 양적인 면에서 매우 비약적으로 증대되었으며, 이러한 기초지식을 토대로 조선 중기 이후 동의보감의 침구편 구성과 침구전문의의 발전에 영향을 미쳤을 것으로 보인다.

도인편은 대개 실내에서 사지를 동작하여 혼자서 행할 수 있는 좌식체조법이나 호흡법, 신체의 특정부위를 자극하는 경락안마법을 위주로 편성되어 있으며, 外丹이나 武功과 같은 특별한 교육이나 수련을 요하는 방법은 많지 않아 이미 도가수련과 의학적인 양생법이 상당 부분 분리되기 시작했음을 알 수 있다.

\* 참고문헌은 각주로 대신함.