

# 프로폴리스의 위력

두리원 대표 김해룡  
한국자연 건강연구회 이사

-지난호 이어서-

## 프로폴리스가 치유과정에서 오는 호전반응과 발병요인

피부	피부 대사감퇴 간질환, 알레르기 아토피성 피부 사마귀, 티눈, 무좀	노폐물축적 부위 면역 기능이 약한 부위 기타 몸전체	부스럼, 여드름, 狀습진, 사마귀 모양의 종 기 홍반의 발진, 손바닥 가려움, 진무름 고름배설, 대량의 비듬	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 동·식물성의 과식, 야채부족, 새우, 오징어 나지, 고래 등 피가 적은 어패류 과식</li> <li>• 비타민 미네랄의 부족, 지방산, 비타민의 과잉섭취</li> <li>• 합성세제 및 약제에 의한 피부접촉</li> <li>• 면역기능의 강화</li> </ul>
근육	류마티스 근육통 각종 교원병 어깨걸림, 요통 근육무력증		우측이나 좌측에 이상한 걸림, 강한 토증, 저림, 경련, 부스럼, 습진, 가려움	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 어패류과식, 특히 벌에 말린 물질의 과잉 과식, 백설탕이 든 과자, 튀김음식물</li> <li>• 정신적 스트레스 축적, 만성피로, 과로</li> <li>• 미네랄의 부족</li> </ul>
관절	류마티스 관절염 골암, 통풍 척추염, 골수염	전신	관절통, 부음, 일시적 보행장애 슬관절통, 오래된 흉터의 통증 일시적 발열, 일시적 불면증	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 만성피로, 산성체질, 미네랄 부족</li> <li>• 비만, 부신피질 호르몬의 복용</li> <li>• 부모가 류마티스성을 가졌을 때, 자식은 타인보다 3배 발병율이 높다</li> </ul>
순환계	심장계 질환 각종 신장질환 피로, 백혈병 암, 통증, 악성 임파종, 저혈압	심장	등 부위가 걸림, 가슴에 통증, 어깨나 팔에 통증, 일시적으로 가슴이 답답함, 가슴이 두 근거림, 빈혈, 일시적 고혈압, 일시적 불면	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 만성적 과로, 정신적 압박감, 불면</li> <li>• 정제품의 과잉섭취</li> <li>• 혈액의 혼탁, 산성체질</li> <li>• 백미와 고지방질을 다량 섭취</li> </ul>

(養蜂界 92년 8월호에서)

꿀 5, 꽃가루 4, 프로폴리스 1의 비율로 혼합시켜  
얼굴에 발랐을 때 아무리 심한 기미도 3개월이면  
완전히 없어진다. 이 때에 주의할 것은 꿀은 아카시  
아 꿀을 사용해야 하고, 꽃가루는 옷나무 및 개옷나  
무 꽃가루는 들어가지 않아야 한다.

국내에서 생산되는 꽃가루 가운데 맛사지용에 가장  
좋은 꽃가루가 벚꽃, 사과, 다래, 질레 꽃가루이다.  
질레 꽃가루 말기에는 개옷나무 꽃가루가 혼합될  
가능성이 많기 때문에 특별한 주의가 필요하다.

## 2. 프로폴리스와 50견(肩)

40대에 느끼지 못하였던 어깨의 무거움이나 통증  
이 50대에 들어와서 느껴지게 되고, 어깨의 무거움  
이 심해지면 마치 어깨 위에 무거운 물체를 올려놓  
은 듯한 기분이 든다. 이러한 분들이 50대에 많아  
서 50견(肩)이라고 한다.

50대가 되면 인체의 모든 기능이 약해진다. 이 가  
운데 어깨 관절을 이루는 견갑골(肩胛骨)과 상완골  
(上腕骨)을 잘 움직일 수 있도록 발달되어 있는 근  
육이 유연하지 못하고 굳어져 있으면 50견이 온다.  
평소 운동을 꾸준히 하는 사람에게는 오지 않고, 운  
동량이 없거나 체중이 평균 체중보다 비대한 사람

에게 잘 온다.

50견이 오면 그부분의 근육이 굳어지고 딱딱해진다.  
그렇게 되는 것은 피로물질인 젖산(乳酸)이 세  
포 사이에 끼여 단백질과 결합되면서 굳어진다. 이  
때에 그 부위를 눌러 주면 젖산물질이 분해되고 그  
대신 산소가 공급됨으로써 시원해진다. 이것도 얼  
마 지나면 다시 원상으로 돌아온다. 근본적인 해결  
은 굳어진 세포의 기능을 활성화시켜 어깨에 축적  
된 노폐물을 배출시키는 것이다.

증세가 가벼울 때는 꿀물에 식초를 타서 먹어도 낫  
지만, 심할 때는 어렵다. 이 때에 프로폴리스를 복  
용하면 50견은 쉽게 낫는다.

프로폴리스는 소염 항균작용과 함께 혈액 순환을  
촉진시키는 작용도 한다. 식물이 표피에 상처를 입  
게 되면 그 부위에 침입하는 세균이나 바이러스를  
막기 위해 항생물질도 분비하지만, 끊어진 관다발  
(인체에서 혈관)을 이어주고, 수액(樹液=血液)을 신  
속히 전달할 수 있는 물질이 필요하다. 이 물질이  
바이오플라보노이드(Bioflavonoid)이다.

이것이 체내에 들어갔을 때는 혈액 순환을 잘 시키  
고 식물에서는 수액 전달을 잘 시킨다. 50견 가운  
데 심한 통증을 유발시키는 것은 단순 노폐물에 의



해서 오는 것이 아니고, 견관절주위염(肩關節周圍炎)이 발생함으로써 오는 수도 있다. 견관절의 염증을 해소시켜주고, 혈액순환까지 잘 시켜 주는 프로폴리스는 50건에 치료효과가 높은 물질이다. 가벼운 50건은 1~2개월에 완치가 가능하다. 프로폴리스를 1주일 정도 복용하면 처음보다 더 아파온다. 이것을 흔히 병을 호전시켜 주는 명현(瞑眩)이라고 한다. 명현 반응에 대해서 설명해 둔 글은 아직 보지 못했지만, 필자는 명현 반응을 이렇게 본다. 기능이 위축되어 있던 모세혈관이 확장되면서 혈액순환을 잘 시키기 위한 항진작용(亢進作用)때 오는 증세가 명현 현상이다.

명현 현상에 겁낸 것은 없다. 심하면 먹는 양에서 3분의 1만 줄이면 그러한 증세는 없어지고, 정 심하면 하루 이틀 안 먹으면 없어진다.

신경통이나 50건은 명현 현상이 지나간 뒤 쉽게 통증이 없어지는 수가 많지만 관절에 이상이 있어서 오는 통증은 쉽게 낫지 않고, 명현 현상도 여러차례 되풀이된다. 그럴때마다 통증은 다소 완화된다. 초량에 있는 제일생명의 소장되는 분은 위장에 이상이 있어서 프로폴리스를 복용했는데 “위장은 빨리 낫지 않고, 견비통은 1개월만에 없어졌다”고 했다. 심한 견비통은 대개 2개월 정도는 먹어야 되지만, 가볍기 때문에 없어진 것 같다. 위장도 3개월이면 낫는다.

### 3. 육류만 먹으면 체했는데

어느 도로변 한 모퉁이에 「체중을 내려 드립니다」라는 글을 유리에 붙여둔 것을 본 적이 있고, 신문소 광고란에도 그러한 내용을 본 기억이 있다. 「체중을 내려 드립니다」라는 글에는 중학생이 되어도 모르는 학생이 많을 것이다. 국어대사전(이희승)에는 체중을 “체하여 소화가 잘 안되는 증세”라고 했다. 나이 많은 할머니들 가운데는 “체중 내리는 용한때 찾아갔더니 5년 전에 미역을 먹고 체한 것을 내리게 하더라”고 하는 이가 있는가 하면 “8년 전에 돼지고기를 먹다 체한 것도 내리더라”하는 말을 들었을 때는 의학적으로 수궁할 수 없는 이야기들이었다.

우리 몸의 체온은 36~37℃를 유지하고 있다. 이 온도는 체내효소들이 활성을 기할 수 있는 온도다. 음식물이 변질되는 것도 모두 효소에 의한 작용이다. 수분이 없는 상태에서는 어떤 효소 효소도 작용할 수 없다. 그러나 체내에는 수분을 65~70% 갖고 있어서 24시간 이내면 어떤 음식물이 내려가지 않고, 식도나 위장에 걸려 몇 년간 그대로 정체해 있다는 것은 이론적으로도 있을 수 없는 일이다. 위나 장은 연동작용(움직이는 것)을 계속하고 있다.

이 운동이 약할 때, 위액의 분비가 적을 때 위가 부어 있어도, 소화가 잘 되지 않고 음식물이 내려가다가 걸려 있는 것 같은 기분을 느낀다. 그 부위는 명치 끝 부위에 잘 온다. 이것을 두고 일반인들은 체하였다고 한다.

이때에 척추 7번과 중원, 곡지, 족삼리, 경혈에 자극을 주고, 손가락 끝 10군데와 발가락 끝 10곳에 자극을 주어도 위의 운동이 활발해지면서 위액의 분비가 많아진다. 그러면 답답하던 속이 시원해진다. 이것을 두고 “체중이 내려갔다”고 한다.

부산 남천동에서 독서실을 운영하고 계시는 서혜성씨는 육고기를 먹기만 하면 체해서 먹지 못했는데 「프로-킹」(꽃가루, 프로폴리스 혼합물)을 먹은 하루 뒤에 육고기를 먹었는데도 체하지 않아 너무 신기함을 느꼈다고 했다.

우리 몸에는 2,000여 가지의 효소를 갖고 있는데 효소마다 특성이 다르고, 하는 일도 다르다. 육식을 잘 소화시킬 수 있는 효소의 분비력이 약한 사람은 육식은 소화가 잘 되지 않는다. 우유를 소화시키는 락타아제 효소가 부족한 사람은 우유만 먹으면 설사나 배탈이 잘 난다. 서구 사람은 우유를 먹어도 배탈나는 사람이 없는 것은 부모들이 우유를 생활화했기 때문에 우유를 소화시킬 수 있는 효소들을 많이 갖고 있다.

육류만 먹으면 체한다는 것은 그것을 소화시킬 수 있는 효소의 부족 때문이다. 「프로-킹」(프로폴리스 함유 제품)을 먹고부터 못먹던 육류를 먹어도 괜찮다는 것은 프로폴리스가 직접 소화시켜 주는 것이 아니고, 육류를 소화시킬 수 있는 효소의 분비를 더 촉진시켜 주는데 있다고 본다.

### 4. 프로폴리스와 신경통

7월 하순경 솔잎이 싱그러울 때 푸른 솔방울을 따는 사람을 수년전에 본 일이 있다. 그것을 어디에 쓰기 위해 따느냐고 했더니 어떤 사람은 “소주에 담가 두었다가 신경통이나 요통에 먹려고 판다”고 하고 다른 사람은 “고혈압에 좋다고 해서 채취한다”고 대답했다.

“이왕 따실 때 아무 솔방울이나 따지 마시고, 솔방울에 진액이 많이 묻어 있는 것을 따십시오. 약으로 쓰신다면 그것이 더욱 좋습니다”라고 했더니 “그러면 씻지 않고 그대로 담그는 것이 더욱 좋습니다”라고 조언을 해 준 적이 있다.

푸른 솔방울에는 칼륨(Kalium) 성분이 많다. 칼륨은 세포의 기능을 촉진시켜주고, 특히 한국인이 많이 섭취하는 나트륨(Sodium)의 배출량을 높여줌으로써 성인병에 좋은 성분이다.

솔방울의 진액 물질에는 바이오플로보노이드 성분

이 많이 함유되어 있어서 혈액 순환을 잘 시켜줄 뿐만 아니라 가벼운 소염작용까지 하게 된다. 이것을 장복하였을 때는 가벼운 신경통이나 요통에도 상당한 효과가 있다.

벌들이 식물의 진액 물질을 갖고 와서 거기에 밀랍, 꽃가루 타액을 첨가시켜 진액 물질의 효능을 극대화 시켜준 것이 프로폴리스이다. 프로폴리스에는 솔방울의 진액 물질만이 아니라 참나무, 다래나무, 수양버들, 옷나무 등 여러 식물의 진액 물질이 모여서 이루어진 것이다.

프로폴리스는 항균, 항암작용뿐만 아니라 혈액 순환까지 병행해서 작용하기 때문에 강한 명현 반응도 오게 된다. 신경통에는 이런 반응이 있을 때 효과가 더욱 높다.

노폐물질과 단백질이 결합하면 세포사이의 조직이 굳어져서 혈액순환이 잘 되지 않는다. 그리고 그 부위에는 압통이 있다. 그곳에 혈액순환이 잘 이루어지려면 아픈 부위가 낮게 된다.

필자의 고향 이웃 마을에 사는 김영중(경북 영천군 고경면 도암1동)씨의 부친이 허리가 아파서 두문불출한 지 2개월이 넘고, 자식이 대소변을 받아낸다는 말을 듣고, 프로폴리스를 갖다 주었다. 프로폴리스를 먹은 지 2개월도 안되어 완전히 건강을 되찾아 경로당에 다니는 모습을 볼 수 있었다.

대소변을 받아내던 사람이 그렇게 쉽게 나온 것은 어혈에 의한 요통이 그 원인이었다고 생각된다.

프로폴리스가 신경통에 좋은 효과가 있는 것은 푸른 솔방울에서 얻을 수 있는 효과보다 몇 배나 더 강한 작용이 있기 때문이다.

## 5. 인후염

몸이 피곤하거나 기침을 좀 해도 목안이 부은 듯한 느낌을 갖게 되고, 심하면 따갑고, 음식물 먹기도 불편을 느끼게 되는 것이 인후염이다.

프로폴리스에 대해서 알지 못했을 때는 인후염이 있는 사람들에게는 잘 때 생꿀(비농축꿀)을 그대로 2숟가락 정도 먹을 것을 권했다. 효소가 살아있는 활성 꿀에서는 소염작용을 하기 때문에 염증 부위에 도포가 되면 2흡 정도의 꿀만 갖고도 가벼운 증세는 낫는다. 좀 심한 듯한 인두염에는 울무를 진하게 끓인 물에 꿀을 타서 하루에 몇 번씩 복용해도 보름 정도면 낫는다.

이것보다 더 확실한 것이 프로폴리스 복용이다. 꿀의 양만큼 물을 타고 프로폴리스 10방울 정도 떨어뜨린 것을 잘 때 먹으면 가벼운 것은 1~2회로써 낫는다.

교회 다니는 여집사 한분이 “우리 목사님은 설교를 많이 하셔서 목이 안좋아 고생하시는데 거기에 좋

은 것이 없느냐?”하면서 찾아왔다. “꿀, 꽃가루, 프로폴리스가 혼합된 것이 있으니 그것 한병만 드시면 낮게 될 것이다”라고 했다.

얼마 후에 그것을 드셨던 목사님이 와서 “집사님이 사준 것 1개월 복용으로 오랫동안 고생하던 인후염이 나았다”고 했다. “전에는 몸이 피곤하면 목안이 먼저 붓는 증세가 있어서 혹시나 해서 예비용으로 갖고 간다”고 했다.

김영삼 대통령께서는 대선 때 “성대 보호용으로 살구씨 기름을 사용했다”고 했다.

살구씨에는 소염작용이 강하기 때문에 인후염이나 기관지염에 사용한다. 평소 목을 많이 사용하는 분들은 꿀에 프로폴리스를 첨가시켜 사용하면 살구씨 기름을 사용하는 것보다 더 좋은 효과가 있을 것으로 생각한다.

## 6. 프로폴리스와 담석증

“70세 되는 삼촌이 담석증으로 고생하고 있는데 수술을 하려고 해도 나이가 많아 병원에서 꺼리고 있는 실정이고, 삼촌도 달갑게 여기지 않아 그냥 있는데, 수시로 통증을 몹시 느끼고 있다. 여기에 좋은 방법이 없겠는가?”하고 먼 친척되는 형님이 물어온 적이 있다.

담석증에는 송진과 울무를 먹는 것이 좋다는 것을 동의보감에서 본 기억이 있어서 프로폴리스를 드시면서 울무(의의인)를 끓여 드시도록 하라고 권했다. 송진(松津)은 소염 작용만이 아니라 항균작용도 갖고 있는 물질이다.

통증을 유발한다는 것은 염증을 갖고 있다는 뜻이 된다. 여기에 소염 작용을 하는 송진과 이뇨 작용이 강한 울무의 작용이 결합될 때 담에 생긴 단단한 돌도 주위의 염증이 해소되면서 빠져 나올 수 있다는 이론이 성립된다.

프로폴리스의 원료는 나무의 진액물이지만, 벌들이 갖고 와서 타액과 밀랍을 첨가시켜 내부온도가 32℃가 되는 벌통 안에서 수개월간 성숙시켜 그 효력을 극대화시켜 둔 것이 프로폴리스이므로 식물에서 바로 채취한 진액과는 비교할 수 없을 정도의 높은 효력을 갖고 있다.

그래서 송진의 효과보다 월등한 프로폴리스가 더 좋을 것으로 보고, 울무 끓인 물과 같이 먹도록 권했다.

1개월 복용으로 통증이 완화되었고, 2개월 복용으로 통증이 없어져서 생활에 큰 불편을 느끼지 않게 되었다고 한다. 그후 5년간 불편없이 생활하시다가 2년 전에 노환으로 돌아가셨다.

-다음호에 계속-