



화 분

편집부

1. 화분(花粉)이란

화분은 꿀과 함께 꿀벌들의 주식이면서, 로얄제리, 봉독, 효소 등 벌의 체내에서 분비되는 신비로운 물질들의 원료가 된다. 또한 화분은 벌 유충의 필수수량으로 벌의 유충은 우화(羽化) 이전까지 자기의 몸무게와 같은 양(약 0.1g)의 꽃가루를 섭취한다. 따라서 벌들은 꿀과 함께 화분을 부지런히 모아와서 벌통 안에 저장하는데 100g의 꽃가루를 모으기 위해서는 약 5,000회 이상 꽃과 접촉해야 할 만큼 꿀보다 훨씬 많은 노동력을 필요로 한다. 꽃가루를 라틴어로 stamen(스타멘)이라고 하며 stamen의 복수형이 stamina(스타미나)로서 고래(古來)로부터 화분이 정력, 기력, 지구력의 상징으로 인정받았음을 알 수 있다. 화분이 대중화 되기 시작할 무렵, 화분의 미세한 입자가 단단한 껍질에 싸여져 있어 이를 그냥 복용할 경우 화분이 함유하고 있는 성분들이 잘 흡수되지 않음은 물론, 심지어 알리지의 원인이 된다는 주장이 있었으나, 최근의 연구에 의해 꽃가루의 껍질을 분쇄하는 복잡한 과정을 거치지 않아도 화분의 유효성분이 95% 이상 체내에 흡수되는 것으로 밝혀지고 있으며, 흔히 알려져 있는 꽃가루 알러지는 피부와 눈의 점막에서 발생하는 것으로, 옷나무와 같은 특정 꽃이나 수종의 꽃가루가 아닌 경우에는 복용시 알러지가 거의 발생하지 않는다.

2. 화분의 성분

화분은 단백질 함량이 23~25%에 이르는 고단백식품으로 단백질의 반이 유리 아미노산이므로 복용 즉시 체내에 흡수된다. 또한 필수 아미노산을 비롯한 비타민 A, B군, P등의 다양한 영양소와 무기질이 균형있게 함유되어 있어 일명 '완전식품'으로도 불린다. 화분 속에 함유되어 있는 아미노산은 소고기나 치즈보다 5~8배가 더 높으며 신체의 생육작용과 조혈작용, 정혈작용, 체내 독소제거 작용 등이 탁월하다.

한 보고서에 의하면 회복기 환자의 몸무게와 에너지를 빨리 증가하게 할 뿐만 아니라 오염물질로 인한 독소나 이물질 제거에 효과가 큰 것으로 발표되었다. 또한 실험쥐를 대상으로 한 연구에서 화분을 집중적으로 섭취한 쥐는 대조군에 비해 체격과 건강상

태, 특히 번식능력이 탁월한 것으로 나타났다. 또다른 프랑스의 연구에서는 빈혈환자에게 매일 커피에 1큰술의 꽃가루를 넣어 복용시킨 결과 1개월 뒤에 혈액 1mmg에 적혈구가 80,000개 증가한 것으로 나타났다. 또한 화분이 함유하고 있는 비타민 P(루틴)는 고혈압에 큰 효과가 있으며, 전립선 비대증의 경우 수술이 필요한 환자의 80%를 화분을 섭취하게 하여 치유하게 한 임상실험결과 국내병원에서 발표된 바 있다.

3. 화분의 효과

(1) 식욕의 조정 <화분의 성분>

성분	함량
단백질	23~25%
탄수화물	25~27%
미네랄	2.5~3.0%
아미노산	필수 아미노산 8가지 외 10가지 다량 함유
비타민류	10여가지 비타민류 다량함유
기타	20~25%

화분을 며칠간만 복용을 해도 식욕이 개선된다. 특히 위에 대한 작용이 아주 강하기 때문에 그 효력이 다른 기관에도 미치게 되므로 모든 기관이 정상성을 유지하게 된다. 중년기가 되면 평소애 누적된 피로에 의해서 식욕부진에 빠지게 된다. 이럴 때 화분공급이 절실하다.

(2) 신진대사 촉진

비만은 남녀를 막론하고 큰 고민거리가 아닐 수 없다. 비만은 모든 질병의 예비태세라 할 수 있다. 화분은 신진대사를 촉진하는 힘을 가지고 있기 때문에 비만을 방지하는 효력을 갖고 있다.

(3) 질병회복기의 영양공급

질병의 회복기에는 화분이야말로 구원의 신이라고

말할 수 있다.

훌륭한 항생물질로서 세균의 파괴, 혹은 저지의 역할을 하며 최고급의 영양을 공급해준다.

(4) 지혈작용

화분에 함유되어 있는 루틴은 지혈작용을 하는 성분으로서, 모세혈관의 저항성을 강화하여 상처나 출혈이 있을 때 이것을 재빨리 응고시키는 놀라운 작용을 한다. 화분 속의 루틴의 역할에 의해 출혈시간이 30~40% 단축된다.

(5) 생리기능 조절 및 피로회복

화분에는 많은 비타민이 함유되어 있어서 우리들의 건강을 지켜준다.

비타민 A2, B1, B2, C, 니코틴산 등이 그 주역이다. 미량으로 효과를 발휘하는 화분은 생리기능을 원만하게 조정하는 작용을 하는 꼭 필요한 유기물을 함유하고 있다. 피로, 나른함, 저항력저하에는 화분을 일상미량섭취에 의해서 충분한 효과를 얻을 수 있다.

피로가 쌓이면 정신력이 집중되지 않고 일상생활의 모든 일에 자신이 없어진다. 권태감, 허탈증, 무력증이 생기고 근육의 움직임도 둔해지고, 자극에 대한 반응도 적어진다. 이것은 위험신호이다.

충분한 영양과 휴식 그리고 수면은 건강을 위한 원칙이다. 화분은 이러한 피로에서 오는 모든 것을 해소시킬 수 있다.

(6) 전립선질환에 대한 효력

화분은 모세혈관을 강하게 하고 정신은 젊어지게 한다. 특히 남자의 전립선질환에 대한 예방과 치료에 탁월한 효과가 있음을 기억할 필요가 있다. 특히 나이든 남자들은 전립선 질환의 예방을 위하여 화분을 꼭 복용하는 것이 좋다.

(7) 빈혈치료

성장기를 맞이하는 아이들의 빈혈치료에 효과가 높다. 1~2개월의 화분투여로 적혈구가 30%이상 상승하고 헤모글로빈의 수도 평균 15% 증대된 임상보고가 있다.

(8) 스트레스, 노이로제에 대한 효력

화분은 정신을 안정시키고 체기능의 조화와 평형의 회복을 도와준다. 신경증을 정상화시켜 자율신경을 활발하게 한다.

정신적인 불안은 혈압을 높이고 위장의 질병을 유발

하는 무서운 존재이다. 특히 위궤양, 위암, 십이지관양 등은 특히 주의를 요한다. 정신적 스트레스가 쌓이면 위염이 되고 결국은 만성이 되고 위암으로 발전하게 된다. 화분이 함유하고 있는 단백질, 지방, 탄수화물, 비타민, 미네랄 등은 이러한 기능을 정상으로 되돌리는데 중요한 역할을 한다.

화분에는 스트레스나 노이로제로부터 탈피할 수 있는 요소가 포함되어 있음을 주의할 필요가 있다.

■ 법령안 입법예고 ■

〈 산업자원부 공고 제 2002 - 152 호 〉

「불공정무역행위조사및산업피해구제에관한법률」을 개정함에 있어 국민에게 미리 알려 의견을 수렴하고자 그 취지와 주요내용을 「법제업무운영규정」에 의거 다음과 같이 공고합니다.

불공정무역행위 조사 및 산업피해 구제에 관한 법률 중 개정법률안

개 정 이 유

원산지표시 위반행위에 대한 시정조치권 및 과징금 부과권을 무역위원회에 부여하고, 불공정무역행위자에 대한 과징금 부과기준을 상향조정하며, 중국에 대한 세계무역기구(WTO)의 「한시적 긴급수입제한조치(Transitional Product-Specific Safeguard Mechanism)」를 국내법에 수용하는 한편, 대리인 및 무역위원회 위원의 자격범위를 확대하는 등 현행제도상의 문제점을 보완하려는 것임.

- 원산지표시의무 위반물품에 대한 조사범위 확대
원산지표시의무를 위반한 물품 등에 대한 조사대상 범위가 현재 수출입행위에 한정되어 있으나 앞으로는 수입이후 국내유통행위까지도 포함하도록 함.
- 불공정무역행위에 대한 과징금 부과기준 상향조정
지적재산권 침해행위 기타 수출입질서 저해행위에 대한 과징금의 부과기준을 현행 대통령령이 정하는 거래금액에 100분의 2를 초과하지 아니하는 범위내에서 대통령령이 정하는 거래금액의 100분의 50을 초과하지 아니하는 범위내로 상향 조정하여 과징금 부과처분의 실효성을 확보함.