

생약의학(Herbal Medicine:Phyto-therapy) 이란 무엇인가?

〈제공 : 이응호 (포천중문의대 보건의대학원)〉

생약초의학(Herbal Medicine)은 인류가 시작되면서부터 보건의료에 가장 잘 알려지고 고대의 양식이라 할 수 있다. 생약은 역사를 통해 모든 문화에서 잘 사용해왔다. 지구상에는 약 250,000~500,000종의 식물이 서식하고 있는 것으로 추정하고 있다. 그 중에서 약 5,000종만이 의료용으로 폭넓게 연구되고 있다. 최근에 와서는 많은 연구를 통하여 건강증진을 위한 새로운 방안으로 대두되고 있으며, 세계보건기구(WHO)에서도 119종의 식물로부터 추출된 약제 중에서 74%는 현대의학에서 사용하고 있다고 밝힌 바 있다. 오늘날 모든 처방약제의 25%가 나무(trees), 관목(shrubs), 생약초(herbs) 등에서 추출된 것이다. 그러나 현대의료의 일부에서는 질환이나 질병에 이러한 생약초를 사용하려는 시도를 하고 있는데 그 이유는 경제적인 편익을 고려하기 때문이다. 생약초는 특허를 받지 않고 자연상태 그대로 사용하기 때문에 특허 없는 생약은 일반 화학합성약품처럼 제약회사에 판매이익을 보장할 수 없다. 더욱이 대부분의 생약초의 재배는 아마존 우림지역 등 특정 지역에서만 재배되기 때문에 원료 공급도 안정되게 제공하기 어렵다. 따라서 생약초의 수요도 미국에서는 감

소하고 있다고 한다. 일반 화학합성제제는 부작용에도 불구하고 신속한 회복을 가져오고 공급에 문제가 없기 때문에 대부분 의존하고 있는 실정이다.

그러나 최근에는 관점이 변하고 있다. 생약초에 대한 관심은 이제 세계적인 현상이라고 말하고 있다. 그 이유는 합성 화학약품의 부작용에 대한 국민들의 인식, 현대의료의 비인간화, 생약초의학에 대한 새로운 평가 및 재인식 등이다. 생약초의학은 범주는 카모밀(Chamomile), 페퍼민트(Peppermint)와 같은 경증 작용의 약초들에서부터 digitalis를 추출한 폭스글로브(Foxglove)와 같은 강력한 약초들까지 포함하고 있다.

그렇다면 생약초란 무엇인가? Herbal medicine과 같은 뜻으로 tkdydehlk고 있는 용어로는 식물의학(botanical medicine), 보통 유럽에서는 phytotherapy, 또는 phytomedicine 등이 있다. 여기에서 말하는 herb는 식물전체 또는 식물의 일부분이 약용으로, 식품첨가제로, 맛과 향을 내는 식음향료 등을 의미한다. 또한 생약초는 앞에서 말한 약용, 식품첨가물, 식음향료를 내는 잎, 꽃, 줄기, 씨앗, 뿌리, 열매, 나무껍질 등을 모두 포함한다. 121개의 처방 약제는 90여종의 식물

에서 추출되었고 그 중의 74%는 원주민들의 민속요법에서 찾아낸 것이다. 지난 150년간 화학자나 약학자들은 식물에서 순수한 약물성분을 추출하려는 노력을 경주해 왔다. 예를 들면, 디곡신(from foxglove), 고혈압강하제 레설핀(from Indian snakeroot), 콜히친(from autumn crocus), 몰핀(from the opium poppy) 등 수없이 많다.

식용약물은 간접적으로 표적 장기나 혈액속으로 들어가서서히 그 작용을 발현한다. 의사와 환자는 신속한 약효의 출현을 기대하고 있기 때문에 생약초를 복용할 경우 여유 있게 그 작용을 기다려야 한다. 최근에는 만성질환에도 이들을 사용하기 시작하였다. 보통 생약초는 여러 가지 형태의 모양으로 이미 제품화가 되어 시중에 판매되고 있다. 자연식품가게나 식용품가게, 약국, 편의점 그리고 인터넷 쇼핑 등에서도 구입할 수가 있다. 흔히 차(teas), 캡슐이나 정제, 추출물이나 액체, 에센셜 오일, 연고 및 향유 등 다양한 제제로 유통되고 있다. 현재 이러한 생약초요법이 사용되고 있는 대표적인 것에는 경미한 증상이 나타날 경우 자가 복용으로 도움을 받는다. 예를 들면, 소화불량, 감기, 동통, 변비, 설사, 기침, 두통, 생리통, 급체, 근육통, 피부발진, 1도 화상, 비듬, 불면 등에



많이 사용되고 있다.

흔히 사용되고 있는 12가지 약용식물을 소개하면 다음과 같다.

1) 알로에(Aloe Vera) : 가장 많이 알려져 있는 미용분야에서 세제로 핸드로션, 웨이빙크림 등으로 사용되고 있는데 일차적으로 피부에 보습작용이 뛰어나 피부영역에서도 사용하며 앞에서 Aloe latex는 유럽이나 미국 식약청의 인가로 안전하고 효과적인 하제로 사용되기도 한다(단 수유중이나 임신중에는 사용하지 않음).

2) 케이엔(Cayenne=Capsicum annum) : 케이엔은 붉은 고추로 알려져 있으며, 전신적인 자극제로 사용 된다. 이 자극은 혈액순환에 자극을 주며, 심장박동 및 대사율을 강화시켜 준다.

3) 카모밀(Chamomile=Matricaria recutina) : 카모밀 꽃은 여러 나라에서 식사 후에 소화기능을 도와주는 기쁨을 주는 차로 잘 알려져 있다. 유럽에서는 소화기능을 도와주는 보조제로 사용되고 있다.

4) 체 스트 베 리 (Chasteberry=Vitax agunscastus) : 여성에게 다양한 호르몬 균형을 특히, 송과선이나 정상적인 에스트로젠-

프로세스스테론 균형을 이루는데 도움을 주는 것으로 알려져 있다. 불규칙한 생리불순이나 생리통에 이용하고 있다. 폐경기에 안면홍조 시에도 도움을 준다.

5) 에키나세아(Echinacea = Echinacea angustifolia) : 흔히 외상에 의한 상처 및 항염증에 도움을 준다. Dr. Madus는 이 씨앗을 미국에서 유럽으로 수입한 뒤 이를 이용한 많은 연구에서 감기증상에 도움을 주는 독일에서 가장 흔히 찾는 생약초가 되었다. 독일에서는 180가지 이상이나 이로 인한 제품들이 개발되었다.

6) 에페트라, 마황(Ephedra sineca, Ma-huang) : 중국에서 지난 5000년동안, 천식이나 건초열과 유사하게 재배해오던 식물이었다. 마황은 에페드린과 슈도에페드린 성분이 포함되어 있어서 항울혈작용이나 기관지 약으로 사용되었다.

7) 화란국화(Feverfew = Tanacetum parthenium) : 그리스 로마 시대에서도 사용했다는 기록이 있다. 젊은 여성의 생리순환의 어려움에 도움을 준다. 최근엔 캐나다 정부에서 편두통에 잘 듣는 생약초로 인정하였다.

8) 마늘(Garlic = Allium satibum) : 아마도 전통의학부문에서 전 세계에 가장 많이 알려진 생약으로서 지리적으로 다양하게 분포되어 있다. 마늘 성분에 대한 화학적 약리학적 연구가 많이 되어 있으며, 지난 20~25년 사이에 한 천여편이 넘는다. 마늘은 항생제(antibiotics), 항진균제(antifungal), 항바이러스(antiviral)의 작용을 나타낸다. 더욱이 어떤 암에 대한 예방을 돕는 화학예방 성질까

지 가지고 있다는 연구보고도 있다. 마늘의 제품은 생마늘, 건마늘, 군마늘, 마늘즙 등 다양하게 판매되고 있다.

9) 생강(Ginger = Zingiber officinalis) : 중국과 인도 전통의학에서는 매우 널리 보편화되어 알려진 음식향료로서만이 아니라 생약으로도 널리 사용되어져 왔다.

지난 10년 동안 항 구토제(anti-nause), 항 멀미(anti-motion sickness)작용으로 아주 잘 알려져 왔다. 많은 임상 연구에 의하면 생강의 능력은 위장관계에 작용하여 구토증을 완화시킴을 입증하였다. 또한 생강은 심장의 강장제(cardiotonic) 역할을 가지고 있다.

10) 은행나무(Ginkgo = Ginkgo biloba) : 은행나무는 멸종되어가는 동식물들이 어떻게 보호받게 되는가를 알게하는 가장 좋은 예로서 새로운 약을 만드는데 도움을 주고 있다. 지구상에 약 2억년 전에 은행나무가 출현하였지만 빙하시기에 거의 완전히 소멸되었다. 은행나무 잎에는 독특한 화학구조를 가진 ginkgolides 라고 불리는 여러 구성물질이 포함되어 있다. 은행나무 잎에 대한 기록은 1436년 중국 명나라때 중국의 한방교과서에 실려있다. 독일에서는 지난 20년전에 표준화된 추출물을 뽑아내는데 성공하여 말초순환을 돕는데 사용되어 왔다. 최근에는 안질환 및 뇌손상을 초래하는 사고에도 사용되고 있다.

11) 인삼(Ginseng = Panax ginseng, Oriental ginseng = panax quinquefolius, American ginseng) : 여기서 Panax란 용어는 라틴어로 만병통치를 의미하는 panacea (=cure all)이

라는 말에서 연유한다. 인삼에 대한 수 많은 논쟁이 있음에도 불구하고 확실히 중요한 약제이다. 이는 강력한 순응력(adaptogen)을 가지고 있다. 일차적으로 부신의 기능에 영향을 미쳐 신체에게 스트레스에 대한 영향을 완화시켜 준다. 또한 인삼은 항산화제(antioxidant), 항간독성(antihepatotoxic), 및 혈당강하제(hypoglycemic)의 효능을 갖고 있기 때문에 가능한 치료약제로 널리 사용되고 있다.

12) 골든실(Goldenseal = *Hydrasti canadensis*) : 잘 알려진 미국의 생약초 중의 하나로서 미나리아제비과는 면역반응을 자극하는 강장제로 사용되고 있다. 맛이 쓰기 때문에 소화기 문제 즉, 위궤양에서부터 장염에 이르기까지 도움을 주고 있다. 쓴 맛이 식욕부진에 도움을 주고 함유된 알칼로이드는 소화액의 분비나 생산에 자극을 준다. 아울러 다른 약초에서도 발견되는 베르버린(berberine)과 같은 알칼로이드는 현저한 항균성의 작용을 갖는다. 항생제(antibiotics)만큼은 되지 못하지만 항균성(antimicrobial) 효능으로서 널리 사용된다. 이러한 효과는 포도상구균(staphylococcus sp.), 연세상구균(streptococcus sp.), *Gardia lanbia*, *Candida albicans* 등을 포함한 세균, 프로토조아, 곰팡이에 대해서도 나타난다. 캔디다를 억제함

으로써 베르베린의 작용은 항생제의 복용시 부작용으로 나타나는 효소의 과다성장을 막아준다.

이상과 같이 아직까지 잘 알려진 약초만을 가지고 현대인들의 고통을 경감시키려는 노력이 동양에서 뿐만 아니라 유럽이나 미국, 캐나다 등에서 일어나고 있는 추세이다. 이미 미국에서는 4년제 대학에서 생약의학 분야를 교육하고 있으나 우리나라에서는 많은 연구가 되고 있지 않은 실정이다. 향후 우리는 또 한번 선진국에서 개발된 많은 일반 전문의약품의 주요 수입국에서 우리나라에 널리 분포되어 있는 생약제마저도 수입하여 사용하게 될 날도 멀지 않음을 느낀다.

그러나 우리나라에서도 열악한 환경 속에서 열심히 몇 십년동안 지속적으로 이 분야에 뛰어들어 연구하고 맥을 이어가는 선구자들이 있기에 절망하지 않는다. 지난 6월에 식약청에서 만성 B형 간염 치료 효과를 인정받아 생약제를 개발하여 국내 1호로 인가하였다는 소식에 찬사를 보내는 바이다. 국내 발병암 중에서 간암은 세 번째로 많은 암이며, B형 간염이 가장 큰 위험요인으로 알려져 있는데 이 신규 생약제의 장기간 복용으로 도움을 받을 수 있다면 얼마나 큰 행운인가? 

