



꿀벌이 주는 최고의 선물

超藥 - 초약 프로폴리스

-지난호에 이어서-

◆ 액체상태 타입에도 문제가 있다

프로폴리스 액체상태 타입 제품은 거의 전부가 알콜을 사용하여 추출된 것인데, 일부에서는 ‘글리세린’을 사용하여 추출하고 있는 메이커도 있다. 이 제품은 식품첨가물을 배합해서 만든 벌의 진으로 용기를 더럽히지 않고 마시기 쉬운 드링크제라는 선전 문구로 판매되는 ‘콜로이드’ 상태의 것인데, 생각해보면 대단히 부자연스러운 것이 확실하다.

또한 이 제품의 제조과정에서는 일종의 첨가물이 사용되고 있다. 일반적으로 아무리 소량의 첨가물이라 할지라도 이런 것들을 일상적으로 계속 섭취했기 때문에 체내에 축적되거나, 또는 체내의 다른 물질과 반응을 일으키던가 해서, 우리들의 건강을 오히려 위협하는 예가 있는 것은 주지의 사실이다.

더구나 추출에 사용되고 있는 ‘글리세린’을 30~60cc나, 장기간에 걸쳐 섭취를 계속한다는 상황을 예상했다고는 생각되지 않는다.

또한 이 제품의 판매물 중 하나인 ‘콜로이드’ 상태는 보통의 알콜 추출액을 물에 타서 녹인 상태와 거의 다를바 없다. 더구나 실제로 그 제품 중에 함유되어 있는 프로폴리스 성분의 양은 알콜 추출액을 사용한 경우의 약 10%밖에 되지 않는 것을 알고 있다. 즉, 유효한 양의 프로폴리스 성분을 섭취하기 위해서는 대량의 드링크제를 마시지 않으면 안되게 되는데, 이것은 동시에 대량의 ‘글리세린’을 체내에 공급하지 않으면 안 된다는 것이다.

또한 물로 추출한 제품은 알콜을 베이스로 한 제품에 비해서 품질이 불안정하며, 특히 곰팡이 대책이 불가피하게 되므로, 이에 대한 약품 처리문제를 지적하는 사람도 있다.

◆ 정제상태 타입은 응고제 사용이 최대의 불안

프로폴리스 제품으로 액체상태 타입과 함께 널리 사용되는 것이 정제상태 타입인 것이다. 특히 먹기 쉽고, 휴대가 편리하다는 점에서 인기를 얻고 있는 정

제상태 타입에는 고형이라는 특징을 살려, 으깨어 가루를 만들어 어린이에게 사용한다든지, 환자의 유동식에 넣어준다든지 하는 응용이 가능한 것도 있다.

그러나 이 정제상태 타입에도 여러 가지 종류가 있다. 큰 문제는 정제화하기 위하여 응고제가 사용된 것, 두터운 당의로 씩워진 제품이 많다는 것이다. 이런 것들 중에는 2~3시간 물에 담가두어도 녹지 않는 것까지 있다. 이런 상태로 위에 들어간다면 소화가 될 것인가 의심이 된다.

실제로 “굳은 정제상태 타입을 무리해서 먹었더니, 기분이 나빠졌으며, 약 30분을 참았지만, 더는 참을 수 없어 토했더니 먹었던 정제지 그대로 나왔다.”고 하는 체험을 들려 준 사람도 있다.

가령 소화가 되었다 하더라도, 사람의 위에 주는 부담이 얼마나 클지 상상이 갈 것이다. 더구나 이런 정제상태 타입 60~70알을 단번에 사용하도록 지도하는 경우까지 있다고 한다.

프로폴리스 사용자들 중에는 소화기계에 병이 있는 사람, 당뇨병 환자도 있다. 만약 이 사람들이 과중한 위의 부담을 강요당한다면, 또는 당분 덩어리와 같은 당의를 대량 복용하면 어떻게 되겠는지를 생각하면 걱정이 앞선다.

올바른 공정을 밟으면, 응고제 등을 일체 넣지 않고, 순수한 프로폴리스 성분만을 정제로 하는 것도 가능하다. 이런 방법을 취하고 있는 양심적인 메이커가 많다고는 할 수 없지만, 한층 자연에 가까운 프로폴리스 성분만을 정제로 하는 것도 가능하다. 이런 방법을 취하고 있는 양심적인 메이커가 많다고는 할 수 없지만, 한층 자연에 가까운 프로폴리스를 사용하며, 자기 몸에 쓸데없는 부담을 주지 않고, 유효한 성분만을 섭취할 수 있는 것을 선택해야만 할 것이다.

이런 제품의 경우는 물에 정제를 넣으면 간단히 녹는다. 또는 혀위에서 굴려도, 곧 부스러진다. 이것이 응고제가 들어있지 않다는 증거라 할 수 있겠다.

특히 대량의 프로폴리스를 복용하기 위하여, 정제상태의 프로폴리스를 이용하려는 경우에는 어디까지



나 100%인 것만을 선택하여 사용해야 한다. 정제상태 타입 제품에는 식품첨가물과 유화제, 응고제, 감미료 뿐만 아니라, 비타민이나 미네랄을 배합한 것도 볼 수 있는데, 적당한 양이면 인체에 유효한 물질이라도, 지나치게 섭취하면 체내에 축적되어 해를 미치는 가능성도 있다. 따라서 프로폴리스에 원래 함유되어 있는 이외의 성분, 다른 영양소를 복합한 것에 관해서는 멀리하는 것이 무난하다고 하겠다.

◆ 기준이라는 이름의 세일즈 토크에 조심을

1992년 여름, 아르헨티나에서 놀라운 사고가 발생했다. 프로폴리스를 추출할 때 잘못해서 '제티렌글리콜'이라는 인체에 유해한 물질을 사용했기 때문에, 이 제품을 복용한 사람 12명이 사망했다고 한다. 이 사건은 프로폴리스 자체에 원인이 있던 것이 아니라, 사용자는 안심했던 것인데, 조잡한 제조공정에 의하여 제조된 외국산 프로폴리스 제품의 무서움을 새삼 느끼게 된다.

물론 해외나, 국내를 불문하고 이런 사고는 허용될 수 없다. 일본의 프로폴리스 업계에서도 이 사고를 계기로 제조공정의 재검토와 정상화를 위한 노력이 시작되었다. 그 해에 후생성의 지도에 의해 프로폴리스의 식품 규격기준 책정이 시작되었다. 이 규격이 제정되면, 메이커들은 제품의 심사신청을 하며, 기준에 합격한 제품에는 인정마크의 첨부사용이 허가된다. 규격기준에는 그 제품의 프로폴리스 함유량은 물론, 유효 성분이라고 하는 '후라보노이드'의 함유량도 일정기준을 넘어야 할 필요가 있으며, 그 밖에 미생물, 잔류농약 검사 등 품질, 안전성 면에도 엄중한 검사를 하고, 또한 그 표시 방법에도 규정이 만들어지게 되어 있다.

그러나 사용자의 입장에서 보면, 이것은 솔직히 말해서 당연한 기준을 표시하는 것에 불과한 것이다. 예를 들면 '후라보노이드'가 일정 이상의 비율로 함유되어 있다고, 이것만으로 효과가 있는 것이 아니라는 것은 알고 있다. 프로폴리스의 효과를 결정짓는 것으로는 원료산지와 그 품질 추출방법, 제품화 방법 등 많은 요소가 있다. '후라보노이드'에 대해서 기준을 지키는 것만으로도, 안정된 높은 품질의 프로폴리스가 제공된다고는 믿기 어렵다고 할 수 있다.

최근에는 '○○이 인정된 상품이니 안심'과 같은

'세일즈 토크'를 사용하여, 마치 나라가 인정한 기관이나 기준에 의해서 인정된 것인 듯 사용자들을 안심시키고 프로폴리스를 포함한 여러 가지 건강식품을 판매하려는 수단도 등장하고 있다. 우리들이 현명한 사용자가 되기 위해서는, 이러한 판매 테크닉에 현혹되지 않게 주의해야겠다.

또한 프로폴리스의 기준이 마련되면, 프로폴리스 제품이 프로폴리스 식품과 프로폴리스 가공식품으로 분류된다. 프로폴리스 함유의 '드링크'와 프로폴리스 함유의 '캔디'는 상당히 많은 양을 섭취하지 않는 한, 질환에 대한 개선 효과를 기대할 수 없는 가공식품 부류에 든다고 생각된다. 또한 극히 소량의 프로폴리스를 대량의 응고제로 굳힌 정제상태 타입 제품도, 실질적으로는 프로폴리스 함유의 가공식품이라고 밖에 말할 수 없을 것이다.

프로폴리스의 성분은 탄 물질과 섞었을 경우, 상승효과보다 저해효과가 더 크다는 것은 경험으로 알고 있다. 양쪽의 성분을 살려 상승효과를 얻기 위해서는 나름대로의 연구와 기술력이 필요하다. 그러나 많은 사람이 이것을 알지 못하고, 프로폴리스에 갖가지 성분을 혼합하여, 모처럼의 효과를 없애버리고 있다. 예를 들면 유당과 섞으면 먹기 쉽고, 메이커로는 제품을 가공하기 쉽다는 것이 확실하며, 비타민 C를 첨가하면 신 맛이 나서 복용하기 쉬워진다. 그러나 이런 제품을 이용해도 십중팔구는 바라는 효과를 얻지 못한다.

이전에 프로폴리스와 벌꿀을 혼합하면 호전반응이 일어나지 않는다는 기사가 잡지에 소개된 적이 있었다. 확실히 벌꿀과 혼합하면 단맛이 나서 어린이들도 먹기 쉬운 것이 만들어질 것이다. 이것을 감기에 걸렸을 때 기침을 멈추는 정도의 목적으로 사용한다면, 나름대로의 효과가 있을지도 모른다. 그러나 중환자가 이런 식의 사용으로 기대하였던 결과를 얻을 수가 있을 것인지? 나의 견해로는 벌꿀과 혼합된 프로폴리스는 호전반응이 나타날 정도의 효과를 발휘하지 못하는 것이 아닐까 생각된다.

왜냐하면 벌은 현명한 생물이기 때문이다. 만약 프로폴리스와 벌꿀을 혼합하여 사용하면 상승효과로써 더욱 높은 효과를 얻을 수 있다고 한다면, 벌이 이런 사용방법을 하지 않았을 리가 없다. 그러나 현재까지 관찰된 벌의 생태에서는 그런 사용방법의 보고는 없다. 로얄제리와 벌꿀은 벌들의 식료품이다. 여기에 비하면 프로폴리스는 어디까지나 동지 구조물의 하나이며, 동지를 무균 상태로 유지하기 위한 것이다. 물론 다른 건강식품들 중에는 이러한 여러 물질에 효과 있는 물질을 혼합했을 때, 각각의 성분



효과가 상승적으로 높아지는 것들이 있을 수 있다. 그러나 프로폴리스는 대체로 이렇게 공합이 맞는 커플링 상대를 만나는 것이 대단히 어려운 물질인 것이다.

◆ 안심할 수 있는 프로폴리스는 이렇게 입수한다

그러면 실제로 어떤 방법으로 프로폴리스를 입수하면 될 것인가. 최근에는 프로폴리스를 진열한 약국도 많아지고, 건강식품 매장에 진열하고 있는 백화점도 있다. 이런 장소에 없을 경우에는, 건강 잡지 등에 광고를 내고 있는 메이커나 판매회사에 직접 문의하는 방법이 있다.

상품을 선택할 때는 팜플렛이나 제품에 산지, 원재료명, 내용량, 제조년월일, 제조회사명, 주소가 명기되어 있으며, 복용방법과 기타 취급방법, 보존방법 등이 적혀있는 것과 직접 문의했을 때 상담에 친절히 응해주는 회사(즉, 고객상담 창구가 있을 것)면 우선 안심할 수 있다.

단, 규정대로의 설명으로 그친다면 신뢰할 수 없다. 될 수 있으면 차분히 충분한 설명을 듣고, 그 판매원이 어느 정도의 경험을 가지고 있는가를 확인하고 나서 구입하도록 하면, 끝까지 상담에 응해줄 것이다. 또한 제품에 자신이 있는 메이커는 극단적인 싸루겨 판매는 하지 않는다는 것도 알아두어야 할 하나의 판단기준이 될 것이다.

최근의 봄에 편승하여 프로폴리스 업계에도 악덕업자가 나돌기 시작했다. 무료샘플을 공급해서 고객을 유치하고, 감언이설로 비싼 가격의 월보로 지불하도록 묘하게 팔아 넘기는 가장 악질적인 판매 방법을 취하는 자가 있다고 듣고 있다. 무엇보다도 이러한 악덕업자로부터 제품을 구입한 사람의 건강이 걱정되며, 그 제품의 인상 때문에 프로폴리스에 대한 그릇된 편견을 가지게 되는 것이 대단히 유감스럽다.

양심적인 메이커라면 우선 한 병을 한 달 동안 시험해 보라고 할 것이다. 왜냐하면 프로폴리스의 효과가 나타나기까지는 한 달 정도의 시간이 걸리는 경우가 있기 때문이다. 하물며 중대한 병에 걸려있는 사람인 경우, 확실한 효과를 인정하기까지는 반드시 이 정도의 시간적 여유가 필요할 것이다.

-끝-

꿀이 썩지 않는 이유는?

어떤 식품이 썩는다는 것은 그 식품에 박테리아나 곰팡이 등 미생물이 번식해 사람에게 불쾌한 냄새나 형태를 띠게 하고 유독한 물질을 만들어내는 현상을 말합니다. 미생물이 번식하더라도 그 결과가 사람에게 유익한 것이라면 썩는다는 말 대신 발효한다고 합니다.

썩기 위해서는 기본적으로 미생물의 번식이 필요합니다. 그리고 미생물이 번식하려면 몇 가지 조건이 갖추어져야 합니다. 미생물이 번식하려면 수분, 영양, 공기(호기성균일 경우), 온도 등의 조건이 맞아야 합니다. 이 중에서 어느 것이라도 맞지 않으면 미생물이 번식하지 못합니다.

건조식품은 수분을 제거함으로써 미생물의 번식을 막아 썩지 않도록 하는 것이고, 냉장고는 온도를 낮추어 미생물의 번식을 억제시킵니다. 진공포장은 멸균 후 공기를 없앰으로써 미생물의 번식을 막습니다. 수분이 많이 있더라도 수분 이외의 어떤 성분들의 농도가 어느 이상으로 높으면 미생물이 잘 성장하지 못합니다. 그 이유는 삼투압 때문이고요.

곡물이 발효되어 주정을 만들어낼 때 알코올 농도가 12~14% 이상이 되면 발효균들이 더 이상 활동을 못하기 때문에 자연발효주의 주정농도는 12~14%를 넘을 수 없는 것도 다 그런 이유입니다.

꿀은 수분을 포함하고 있지만 수분과 꿀 자체의 성분 농도 비율이 미생물이 성장하기에 적합하지 않아서 미생물이 번식하지 못하는 것입니다. 설탕 절임 식품들도 역시 설탕의 강한 농도가 미생물의 번식을 억제해서 부패하지 않습니다.

증봉분양

성명	주소	전화번호
김옥미	경남 창원시 양곡동 (1300군)	011-606-9450