

“精” 이야기

顧問 李 麟 星



음양의 수양에는 精液이 보배일세
중요한 이 보배를 고이고이 간직하소
남의 몸에 들어가면 사람이 생겨나고
자기 몸에 간직하면 자기 몸이 든든하네,

아이 뱃 때 쓰는 것도 좋은 일이 아니어든
아까운 이 보배를 헛되이 버릴 손가
함부로 막 버리며 허튼 생각 자주 하면
몸 약하고 쉬이 늙어 제 목숨 다 못 살리.

이 글은 經頌의 詩句로 精의 중요함을 노래한 것이다.

이번 號에서는 이렇게 중요한 ‘精’에 대하여 復習하는 機會를 갖기로 한다.

I. 總論

內經 靈樞에 “두 사람의 神이 서로 합쳐서 肉體가 생기는데, 肉體보다 먼저 생기는 것이 精이니 精은 身體의 根本이 된다. 五穀의 津液이 합쳐서 영양분이 되는데, 속으로 뱃속에 스며들어 骨髓와 腦髓를 營養하고, 아래로 내려가서 陰部로 흐르게 된다. 陰陽이 고르지 못하면 精液이 넘쳐 나서 아래로 흘러 내리게 되며, 이것이 지나치면 虛해지고, 虛해지면 허리와 잔등이(腰背) 아프

며 다리가 시큰거린다(脛痠).

또한 髓는 뱃속에 있으며, 腦는 髓海라 하는데, 이 髓海가 不足하면 머리가 핑 돌고(腦轉), 귀에서는 소리가 나며(耳鳴), 다리가 시큰거리며(脛痠), 精神이 아득해 지곤(眩冒) 한다.”라고 하였다.

雜論에

- 精이란 人類 生殖의 元素로서 男女에게 모두 있으며 古書에는 이를 天癸라고 하였다.
- 사람이 태어 날 때 먼저 精이 이루어지고 이 精이 腦髓를 生하게 되는 것이다.
- 사람이 태어남을 精이라 하니, 精이 傷하게 되면 骨痠, 痿厥, 精時自下하게 된다.
- 男女의 交媾에서 얻어진 精으로 萬物이 化生하는 것이다.
- 精字가 쌀米변에 푸를靑字를 합친 것으로, 精이란 매일 먹고사는 곡식(五穀)에서 그 滋養分이 나오기 때문이다.
- 精이란 본디 男女에게 다 있는 것인데, 지금 많은 사람들이 男子의 精液만을 精이라 하고 있는 것은 잘 못이다.
- 精液이란 牽丸에서 構成된 白色의 點液으로 男女 交合時에 女子의 子宮內에 排泄되는 것이다. 質이 濃厚하면 쉽게 孕胎하고, 精이 薄冷하면 妊娠하기 어렵게 되는 것이다.

‘精’이란 人體를 構成하고, 生命活動을 維持하는 基本的 物質이다. 그 중에서 人體를 構成하는 것을 “生殖之精”(또는 先天之精)이라 하고, 生命活動을 維持하기 爲하여 必要한것을 “水穀之精”(또는 後天之精)이라 한다. 前者는 生殖의 基本物質로 子孫을 繁榮시킬 수 있으며, 後者는 不斷이 攝取되는 飲食物에서 生成되어, 生命活動과 人體機能의 代謝에 必要不可缺하다.

■ “精”이야기

平常時는 臟腑의 精氣는 充溢하고 있으며, 腎에 貯藏되어 있다가 生殖機能이 發育成熟하였을 때에 生殖의 精으로 變化하는 것이다.

精氣는 끊임없이 消耗하지만, 다른 한편 水穀의 精으로 滋養, 補充을 끊임없이 받고 있다. 이 精은 生命의 基礎로서 精이 充分하면 生命力은 強하고 外의 環境의 變化에 適應할 수 있으며 病에 걸리기 힘들다. 그러나 精이 虛하면 生命力이 弱하고 適應力과 抗病力도 함께 減退하는 것이니 이 精이야 말로 人體生命維持에 至高至純한 原動力인 것이다. 日常生活에서 使用하는 ‘精’字는 가장 所重하다는 것을 나타내는 用語로 쓰이는 것만 보아도 알 수 있다 할 것이다.

몇 가지만 그 用語를 살펴보자.

● 精氣

人體內的 精華를 말하는데 달리 ‘營衛’라고도 한다. 普通은 ‘後天之精’을 가리키고 있다. 卽 臟腑를 充足시키고 滋養하는 “精華”인데, 生命活動을 維持하는데 不可缺의 물질이다. 但 腎臟自身이 藏하는 精氣(男女性交的 精氣)와는 不可分의 關係를 가지고 있는 바 臟腑의 精氣가 充足하여야만 腎臟自體의 精液도 充足할 수 있는 것이다.

* 熱이라 하는 것은 邪氣를 말하며, 汗이란 것은 精氣를 말한다.

* 註. 精華 ; 飲食이 變化하여 생기는 ‘營衛之氣’를 包含한다.

● 精血

血의 生成은 先天의 精을 源으로 한다. 사람이 出生한 後, 血液의 再生은 後天의 飲食物에 來源하고, 中焦(脾胃)의 氣化에 依據하고 飲食物中の 精液의 物質을 吸收하여 變化시킴으로서 生成된다. 精의 生成은 血과 같이 後天의 飲食物이 變化하여 생기므로 “精血同源”의 說도 있다.

精氣는 臟腑機能活動의 物質的 基礎이다. 精血의 充足과 不足은 人體의 健

康을 象徵하는 重要な 標識의 하나이다.

腎은 精을 藏하는 것을 主管하므로 臨床上 精血이 不足한 病症은 恒常 補肝益腎의 方法을 使用하여 治療하여야 한다.

- 精神

人體의 精氣를 말하며, 또는 魂魄을 말한다.

- 精極

六極의 하나로서 臟腑가 모두 傷하여 기운이 떨어지고 힘이 없어지는 症狀으로서 身無膏澤하고 翁翁羸瘦하며 目無精光하고 立不能久하며 肌膚搔痒하여 搔之成瘡이라.

- 精濁

交合을 하지 않고도 때때로 混濁한 精液을 泄하는 것이다. 이는 腎虛하여 淫火가 쉽게 動하여 精이 제 자리를 떠나기 때문이니 牽膩如膏하여 小便을 보지 아니하여도 恒常 나와 있는 症狀이다.

- 天癸

女血, 男精을 말 하는 것으로, 丈夫는 16세에 天癸가 이르고, 女子는 14세에 天癸가 이르는 것을 말하는데, 지금은 주로 女子의 月經을 가리켜 天癸라 하고 있다.

- 現代의 辭典에는 다음과 같이 解釋하고 있다.

- * 精 ; 精髓(땃속의 골), 精水(정액), 精氣.

- * 精氣 ; 萬物의 生成하는 元氣, 즉 에너지, 씩씩한 精力과 氣力, 精髓의 氣分, 事物의 純粹한 氣運, 精.

■ “精”이야기

- * 精力 ; 心身の 活動力, 精神氣運, 勇敢하게 活動하는 힘, 元氣.
- * 精血 ; 生氣를 發하는 피, 맑은 피.
- * 精華 ; 깨끗하고 純粹한 部分, 뛰어나게 優秀 함, 光彩.

이로 미루어 보아 精이란것은 섹스에서의 精液만을 意味하는 것은 아니라는 것을 알 것이다.

II. 精不足으로 온 病證

精不足의 原因은 濫色과 神經過勞에서 오는 境遇가 많으며 이중에서도 四象醫學上 少陽人에게 많다고 한다.

精이란 生命의 原動力이기 때문에 男女에게 다 있고 五臟六腑에도 다 있었다.

象川翁은 말하기를 “精은 氣를 생기게 하고, 氣는 神을 생기게 하며, 營衛가 온몸을 도는 데서 이보다 더 귀중한 것은 없다. 그러므로 養生하는 사람은 먼저 그 精을 貴重하게 여겨야 한다.

精이 가득하면 氣가 充實해지고, 氣가 充實하면 神이 旺盛해 지고, 神이 旺盛하면 몸이 健康해지고, 몸이 健康하면 病이 잘 생기지 않아서 속으로는 五臟이 便安하여지고 겉으로는 살과 살갓이 潤澤하여지고, 얼굴에 潤氣가 나며, 귀와 눈이 밝아져서 늙어도 기운이 더 난다” 하였다.

精이 不足하면 어떠한 病症을 呼訴 하는가.

“眞精耗散하면 疾病即生 死亡隨至”라 하였으니 이는 眞精이 消耗되면 질병이 바로 생겨 죽음에 이른다는 말이다. 眞精이란 태어날 때 가지고 나온 精, 精氣. 또는 元精을 일컫는 말이다. 文獻에 나와있는 精에 對한 病症들을 찾아보았더니 다음과 같았다.

그러나 여기에 들어있지 않은 病證들도 많을 것으로 보이는데 虛勞門에 나타난 여러 虛證들도 精虛證에 포함되어야 할 것으로 본다.

① 腰, 背痛 ② 脛痠 ③ 腦轉 ④ 耳鳴 ⑤ 脢痠 ⑥ 眩冒, 目眩 ⑦ 陰痿 ⑧ 精極 ⑨ 骨痠 ⑩ 痿厥(蹶) ⑪ 神氣減少 ⑫ 齒發浮落 ⑬ 精遺夢泄, 白淫.

이를 다시 解釋하여 보면

① 腰, 背痛

허리와 잔등이 아프다.

② 脛痠, 足心熱

정강이(다리)가 시리고 저리고 아프다. 발바닥이 뜨겁다.

- 아킬레스腱 部位부터 종아리가 무척 아프며, 또는 발바닥이 뜨겁고 쭈서서 잠을 못 잔다고 하소연한다.

③ 腦轉

머리가 핑 돈다, 또는 머리 속에서 덜커덩 덜커덩 소리가 난다.

④ 耳鳴

귓속에서 벌레가 우는 것 같은 소리가 난다.

⑤ 脢痠(立不能久)

다리가 저리며 시큰거린다, 또는 다리가 힘이 없어 오래 걷지를 못하며 걷다가 그 자리에 주저앉기도 한다. 現代醫學에서 말하는 디스크의 一種이다.

⑥ 眩冒, 目眩, 目無精光

눈앞이 아찔해지거나 가물거리면서 잘 보이지 않는다. 또는 어지러우면서

■ “精”이야기

머리가 무겁고 눈앞이 캄캄해지면서 넘어 질 것만 같다. 눈알이 광채가 없다.
(肝精이 不固하기 때문)

⑦ 陰痿

陽痿와 같다. ‘陽事不舉’라고도 하며, 陰莖이 勃起되지 않는 것이다. 많은 경우 過度의 性慾, 또는 잘못 手淫하여서 精氣가 損傷되고, 命門의 火가 衰한 것이며, 또는 思慮憂鬱이 心脾를 損傷하였거나, 過度의 恐怖에 依해 腎氣가 損傷되었기 때문이니, 命門의 火가 衰하면 많은 경우 어지럽고 피로를 느끼며, 다리 허리가 나른해진다. 或은 恐怖가 腎을 傷하게 한 것은 怯이 많고 疑心이 깊어져 睡眠不安의 狀態를 나타낸다.

⑧ 精極

六極의 하나로 臟腑가 俱傷하여 氣少無力하고, 肌肉消瘦, 身無膏澤, 翁翁羸瘦, 目無精光, 立不能久, 肌膚搔痒 搔之成瘡하는 症狀이니, 虛하면 體瘦腹急 莖弱核少 遺精 白濁증이 오기도 한다.

⑨ 骨痿

뻗속이 시큰거리고 저리다.

⑩ 痿厥(蹶)

手足이 힘이 없고 우든 하다. 다리에 힘이 없어 넘어지려 하여 步行을 잘 하지 못 한다.

⑪ 神氣減少

정신기운이 날로 떨어진다. 이는 腎精이 不固하기 때문이다.

⑫ 齒發浮落

이 뿌리가 드러나고 머리털이 빠진다.

⑬ 精遺夢泄, 白淫

이를 夢精 夢泄 遺精 精滑 白淫들로 나눈다.

- * 夢精, 夢遺, 夢泄 = 꿈을 꾸면서 射精하는 것. 꿈속에서 假想的인 女人과 性交하여 泄精되는 것.
- * 遺精, 精泄 = 잠을 자면서 射精이 되는 것.
- * 精滑 = 精力不足, 早漏症.
- * 精滑脫證 = 失精證, 遺精 夢精 射精類.
- * 白淫 = 精液과 類似한 白液이 流出되는 것. 또는 蠱病이라고도 한다.

이것을 다시 풀이 해보면 이렇다.

遺精을 ‘遺泄’, 或은 ‘失精’이라고도 한다. 꿈을 꾸면서 遺精하는 것을 ‘夢遺(精)’라 부르고,

晝間에 精液이 自然이 滑出하는 것을 ‘滑精’이라고 한다. 이는 주로 心腎不交, 相火熾盛, 腎氣不固등에 의해서 생기며, 또한 濕熱下注에 依한것도 있다.

‘心腎不交’에 依한것은 夢中에 遺精하고 頭眩 動悸하며 精神的疲勞를 느끼는데 小便은 黃色이고 짧으며 熱感이 있다.

‘相火熾盛’에 依한것은 陰莖이 勃起하기 쉽고 口乾하며 舌紅, 頭風 目眩 耳鳴 腰痛이 있다.

‘腎氣不固’에 依한것은 精液이 나오기 쉽고 顔色은 蒼白해지고 氣力이 衰하고 頭眩 腰痛하며 脈沈弱하다.

‘濕熱’에 依한것은 흔히 口苦 尿黃 舌苔黃色으로 粘稠하는등의 兼證을 볼 수 있다.

■ “精”이야기

이렇게 보면 精病은 精神神經系, 運動神經系統의 疾病과, 生命原動力이 衰落하여 全身이 虛弱狀態로 빠지는 病證이라 할 것이다.

白淫 = ‘白淫’이란 세 가지로 分類하는데

- * 陰道에서 流出하는 너무나 多量の 白色粘液, 房事過度, 或은 下焦의 濕熱때문에 생기는 것도 있다.
- * 男性이 房事過度하여 情慾이 妄動하고, 이것 때문에 精液이 自然이 나오는 現象이다.
- * 男子는 精滑하고, 女子는 白帶가 된다.

⑭ 奪精

奪은 損耗의 意味이다. 즉 精氣의 甚한 損傷을 말한다. 氣力이 衰하고 耳聾, 事物이 確實이 보이지 않는 등의 症狀을 나타낸다. 또는 脈搏數가 1呼吸하는 사이에 1회를 뛰거나, 또는 4회를 뛰는 것을 가리킨다. 이는 危症으로 回春하기 어렵다한다.

Ⅲ. 精病의 治療

“精은 飲食에서 생긴다.”고 內經에서 말하였고, 이 精이 不足한 사람은 飲食物으로써 補하라고 하였다. 그러나 飲食物中에서도 달거나 향기로운 맛을 가진 飲食物에서는 精이 잘 생기지 않으며, 오직 普通 맛을 가진 飲食物이라야 精을 잘 補할 수 있다 하였다. 洪範論에는 맛에 對하여 쓰기를 稼穡(곡식)에는 단맛이 있다. 飲食物 가운데서 五穀만이 온전한 맛을 가지고 있다고 하였는데 맛이 平順한 五穀을 먹어야 精을 가장 많이 補充할 수 있다. 대개 粥이나 밥이 거의 끊어갈 무렵에 가운데에 걸죽한 밥물이 보이는데 이것을 먹으면 精液이 第一 잘 생기니 먹어보면 效果가 있다. 하였다.

- * 五穀 ; 벼, 보리, 조(팥), 기장, 콩.

寶鑑에는 ‘精宜秘密’이라고 하여 精을 허투루 쓰지 말고 아껴야 한다고 하면서 補精藥으로 金鎖四仙丹을 爲始로 몇 가지를 들고 있으나 臨床에서 쓰기에 不適切하여 選好하지 않고 있는 것이 現實이 아닌가 싶다.

大體적으로 다음 方劑들을 選用하고 있다.

(1) 補精 通治劑

精을 補充하는 方劑로 六味地黃湯 加減方을 많이 쓴다. 本方은 精病證에서 舉論된 여러 症狀들을 隨症 加減하여 通治할 수 있을 것이다.

◎ 六味地黃湯 (方藥合編 上40) 使用時 參考事項.

- 本方에 四物湯을 合方한 四六湯으로 많이 쓴다.
- 허리가 굽고 다리가 아프고 당기고하는 症狀이 隨伴되면 精不足症에 該當되며,
- 一般病者의 神經衰弱症도 精不足症에 屬하는 경우가 意外로 많다.
- 六味湯中 茯苓에 強心作用이 있어 少陰 太陰人의 경우 不眠을 招來 하는 경우도 있다.
- 四六湯에 加 牛膝하는 경우가 많은데 下焦에 瘀血證이 있으면 必加하고, 上焦 瘀血이면 川芎을 쓰게 된다.
- 少陰人은 본디 胃腸이 弱하니 方中 熟地黃을 何首烏로 代用하고, 隨症하여 菟絲子 射干 乾薑 肉桂를 加用한다.
- 下焦 多汗 盜汗證이 있으면 虛證으로 보고 人蔘使用하여도 可하나, 無效일 경우는 熟地黃을 1兩정도 增用한다.
- 精이 甚하게 不足하면 骨蒸熱이 發生될 念慮가 있으니 이때는 地骨皮 牡丹皮를 加用한다.

* 骨蒸熱이란 뼈 속이 찌는 듯 한 병으로 肺結核性 熱, 消耗熱, 犯房이

■ “精”이야기

過度하여 失精되거나, 혹은 重病後 過勞로 因하여 精液이 枯渴되어 不足症이 생김으로서 陰火가 上炎되어 增發되는 것인데 主要 病證은 頰部가 紅하고 肌肉이 瘦瘠되고 發熱 咳嗽 咯血 吐血 惡心 煩燥 盜汗 口乾 白濁 白淫 遺精 등등의 同伴되는 病證이며, 다시 말하면 蒸熱이란 蒸氣에 찌는 듯한 病으로 重病으로 본다.

- 少陽人이 脈搏動數가 떨어지면서 無氣力하면 萬不得已 人蔘을 使用할 것이나 10日정도 服用으로 中止하여야지 그렇지 않으면 煩熱證이 發生할 憂慮가 있으니 注意한다.
- * 少陽人은 四六湯 使用時 川芎을 減量한다. (少陰人은 1,0錢 정도는 無妨하다.)
- 青年層은 四六湯 加 牛膝 枸杞子하면 좋다. 少陽人으로 精虛하여 脫毛症이 올 때도 좋다.
- 六味劑나 枸杞子등이 消化障礙가 오면 草豆蔻를 加用하고, 製丸할 때는 川椒를 5分정도 加한다.
- 少陽人 體質者의 下肢無力症, 衄血, 不眠症으로 오래 고생하는 사람은 先天的으로 精不足함이니 六味地黃湯에 柴胡 地骨皮 鱉甲을 加用한다.
- 脈이 數할때도 本方을 쓴다. 脈이 滑하면 加 枳殼 牛膝한다.
- 精不足證에 脈이 遲하면 肉桂를 小加하나 口乾하면 쓰지 않는다.
- 小便에 異狀이 와도 足脛痠痛하면 精不足이다.

◎ 右歸飲 去 附子. (益火之劑 治 陽衰 陰勝)

熟地黃 2,0~3,0錢 熟地黃 枸杞子 杜冲 各2,0錢 山茱萸 附子 肉桂 炙甘草 各1,0錢

◎ 延齡固本丹(方藥合編 補遺編) ; (腎水補充) 補精 通治方(腦轉 足脛痠痛 腰背痛 包含) 壯年, 老年層에 좋다.

加 鹿茸 巴戟天 肉從蓉하면 더욱 좋다 藥劑는 法製를 잘 해야한다.

다만 太陰人은 腸弱하여 가스가 차고 後頭痛이 發生할 念慮가 있으니 胡桃 海松子를 加用하면 좋다.

(2) 耳鳴證

여기서는 精虛에서 오는 病證이지만 全體를 一瞥하여 본다.

- 腎虛에서 오면 八味湯에 加味하고
- 氣虛에서 오면 補中益氣湯에 加用한다
- 肝鬱로 오면 平肝潛陽시켜준다.
- 陰虛로 오면 上脣이 燥해 지고, 裏熱로 오면 목이 絞絞해진다.
- 上焦熱이면 涼膈散을 쓰고.
- 中焦熱이면 防風通聖散을 쓰며,
- 上焦 中焦 分明치 않으면 防風通聖散을 쓴다.

(3) 衄血

精虛에서 오는 衄血症도 많다 數例를 들어본다.

- ◎ 氣虛에 소 온 것은 補中益氣湯 隨症 加味하여 쓰고,
- ◎ 陰虛에서 온 것은 六味地黃湯에 加 知母 黃柏 柴胡 地骨皮하여 쓴다.
- ◎ 血熱에서 온 것은 逍遙散(方藥合編중166) 및 加味逍遙散(方藥合編下 62)에서 選用한다.
- ◎ 肝鬱(神經證)에서 온 것이면 逍遙散을 생각한다.

■ “精”이야기

(4) 足心熱(疝瘕)

足心熱은 男子는 房事過度로, 女子는 搔爬手術을 많이 하였기 때문에 발생하는 경우가 많다. 水(精)不足으로 心臟熱이 動하여 惹起되는 것이니

- ◎ 六味湯에 加減하여 쓴다, 보통 山藥을 去하고, 枸杞子 玄蔘을 加하여 用하나, 老人은 玄蔘을 쓰지 않는다. 이 足心熱證이 陰陽虛實을 區分하기 어려울 때는
- ◎ 通治方으로 逍遙散에 山茱萸 枸杞子를 加用하지만 消化障礙가 되면 다시 乾薑을 加하고, 그래도 氣力이 없으면 氣虛로 보고 다시 人蔘을 加用한다.
 - * 女子인 경우는 虛熱이라도 逍遙散에 加 人蔘하고,
 - * 男子인 경우는 六味湯이나, 補中益氣湯에 加減하여 쓴다

<參考, 女性患者>

肝氣鬱結(神經證으로서 가슴이 답답하고 憂鬱한 病症)이 있으면 逍遙散을 主用하나, 鬱結이 없으면 氣滯 消化不良으로 보고 正氣天行湯(中84)에 香附子를 隨症 增減하여 使用하기도 한다. 腹中에 가스가 차면 腸이 弱해졌기 때문이니 太陰人이면 蘿菔子를 쓰고, 少陰人이면 厚朴을 쓴다.(淸肝建脾湯方中에는 이 藥劑가 다 들어 있다)

腸에 가스가 차이게 되면 가슴이 답답하여 安절부절못하게 고통을 받으니 이런 때는 厚朴과 枳殼으로 下氣시키면 좋고, 痰이 있으면 白芥子를 쓰지만 白芥子는 下氣力이 強함으로 氣虛人은 쓰지 않으며 대신 人蔘을 써야 한다.

上焦氣滯症은 正氣天行湯(中84)을 主用하고,

下焦氣滯症은 蟠葱散(下136)合三和湯(中88)

(5) 陰痿症

◎ 先天的으로 腎氣不足者(腎虛腰痛)

六味湯 加 枸杞子 菟絲子 肉從蓉 各2,0錢 鹿茸 1~2錢 黃芪 白朮 當歸 白芍藥 川芎肉桂 覆盆子 各1,0錢

◎ 用神過多 環境與件에 의한 精力減退者는 補腎安神한다.

六味湯 加 白朮 白茯苓 遠志 巴戟 肉從蓉 杜冲.

* 經驗方 鹿角 熟地黃 各5,0錢 山藥 山茱萸 各3,0錢 五味子 枸杞子 菟絲子 各2,5錢 白何首烏 黃精 蛇床子 覆盆子 各2,0錢 白茯苓 牡丹皮 澤瀉 各1,5錢 杜冲 破古紙 肉桂 各 1,0錢 或 加 附子.

◎ 陽氣無力方

陽氣湯 熟地黃 4,0錢 黃精 3,0錢 當歸 白朮 山藥 山茱萸 杜冲 枸杞子 各1,5錢 人蔘 香附子 蛇床子 肉桂 肉從蓉 巴戟天 淫羊藿 白苳蔻 遠志 白茯苓 各1,0錢 山查肉 神曲 砂仁 甘草 各5分 多加 厚朴 麥門冬한다.

◎ 延齡固本丹 (方藥合編 補遺編)

◎ 瓊玉膏 (方藥合編上61)

◎ 固真飲子(方藥合編上34)

◎ 還少丹(東醫寶鑑 前陰門) 治 下部脈微細 陰痿不起. 神經性에 좋다.

熟地黃 枸杞子 各150 山藥 山茱萸 牛膝 遠志 巴戟天 白茯苓 五味子 石菖蒲 肉從蓉 楮實子 杜冲 小茴香 各100 爲末 蜜化棗肉爲丸 梧子大 空心 温酒 或 鹽湯下 30~50丸.

* 活套 ; 鬱火症이 原因일때 知母 黃柏등 清火堅腎之劑를 加用한다.

◎ 固本健陽丹(東醫寶鑑 婦人門) 治 凡人無子 多是精血清冷 或 房勞過傷 以致腎水欠旺 不能直射子宮故爾 豈可 專責於母血之不足 虛寒耶.

■ “精”이야기

熟地黄 山茱萸 枸杞子 各300 巴戟 人蔘 各200 兔絲子 續斷酒浸 遠志 製 蛇床子炒 各150 白茯苓 山藥酒蒸 牛膝酒洗 杜冲酒洗切酥炒去絲 當歸 身酒洗 肉從蓉酒浸五味子 益智仁鹽炒 鹿茸酥灸 各100. 蜜丸梧子大 空心 鹽湯 或温酒下50~70丸 臨臥再服.

* 本方은 精虫이 稀少하여 妊娠을 시키지 못한다고 하는 男子에게 投與 하여 妊娠을 시킨 數例를 가지고 있다. 男子不妊症에 써 볼만 한 方劑 이다.

◎ 上丹 治 勞傷虛損 男子絕陽 庶事不興

五味子 800 蛇床子 兔絲子 百部根 杜冲 白茯苓 防風 巴戟 肉從蓉 山藥 遠志 枸杞子 柏子仁 各200 爲末蜜丸 梧子大 空心 温酒 或 鹽湯下 50~70丸.

(6) 夢遺精

遺泄夢精 이는 心臟의 虛熱로 發生하는데 꿈속에서 性關係를 하면서 발생 된다.

- 歸脾湯 ; 每觸遺精者 (方藥合編 上66)
- 清心蓮子飲(方藥合編 中64) ; 童男陽盛…不得遂成 夜夢而遺精者
- 黃連清心飲(中80) ; 心火가 많아서 口渴이 있을 때.
治 君火既動 而相火隨之 而精泄, 又日有所思 夜夢而失之者.
- 夢如鬼交而泄精者 名曰夢遺 專主於熱 用 知母 黃柏 牡礪粉.
- 年少壯者 節慾而遺泄者 清心丸 (經絡熱而夢泄 心熱 恍惚)
厚朴 100 爲末 龍腦 10 爲末蜜丸 梧子大 每15丸 空心 麥門冬湯 吞下.
- 保精湯 ; 陰虛火動 夜夢遺精 (東醫寶鑑 精門)
- 夢泄屬鬱者 或 八味湯加減 吞 滋腎丸.

◎ **精滑脫** ; 勃起없이 精液 漏出은 心火에 基因함이니 固精을 시켜 줘야한다.

● **巴戟丸**(東醫寶鑑 精門) ; 面色白而不澤 悲愁欲哭 脈按之空虛 是脫精脫神 宜峻補肝腎 收斂精氣 補益元陽.

五味子 巴戟天 肉從蓉 兔絲子 人蔘 白朮 熟地黃 骨碎補 茴香 牡蠣 龍骨 覆盆子 益智仁 各等分 爲末蜜丸 梧子大 每30丸 米飲吞下 日3服 虛甚 八物湯 吞下.

● 右歸飲合歸脾湯 去 附子, 加 蓮子肉. 青年層 스트레스나, 躁鬱症에 原因이 있을 경우에 쓴다.

熟地黃 3,0~100 山藥 枸杞子 杜冲 各20 當歸 龍眼肉 酸棗仁 遠志 人蔘 白朮 黃芪 白茯神 山茱萸 肉桂 甘草 各10 木香 05 蓮子肉 適當量.

● **八物湯加減** ; 因內傷氣血 不能固守 而夢遺者 當補之.

● **秘元煎** ; 精液滑泄 而精奪者(方藥合編 上63)

● 秘元煎合歸脾湯合黃連清心飲을 多用하나 陰虛甚者는 다시 鹿角 熟地黃을 加하고, 火가 甚하지 않으면 黃連을 去한다.

* 固精劑로는 秘元煎을 主用한다.

(7) 白淫

思想無窮 所願不遂 入房太甚으로 宗筋弛縱하여 筋痿가 되기 때문이다.(睡眠時 不安感 不眠症 精散夢中逢女證等) 精滑治療와 거의 같다.

- 清心蓮子飲 主用. 或은 瀉心湯.
- 或은 秘元煎,
- 或은 歸脾湯合溫膽湯을 함께 쓰는 것이 좋다.
- **柴胡加龍骨牡蠣湯** ; 臍上動氣로 肝虛일 때.

■ “精”이야기

(8) 囊濕 運轉技士나 事務職 從事者에 많다.

● 八味湯 加味方

黃芪鹽炒 50 熟地黃 40 山藥 山茱萸 各20 白茯苓 牡丹皮 澤瀉 各15 黃精
酒蒸 10 補骨脂鹽炒 肉桂 附子 各05

* 活套 ; 中氣虛 加 白朮, 肥滿 加 蒼朮 30

● 右歸飲(方藥合編上46).

● 活血驅風散(方藥合編下150) 搔痒이 있을 때.

(9) 精宜秘密 이는 精을 잘 保精하고 잘 간직하라는 意味이다.

● 金鎖思仙丹

蓮花葉 蓮子 芡仁 等分爲末 金櫻子煎膏和丸 梧子大 空心 鹽湯下 30丸.

(10) 奪精

精이 枯渴된 상태로 눈알이 淚液이 없어 움직이지 않을 程度가 된 症狀으로 處方이 나와 있지 않다.

IV. 精液

이 精液은 藥用으로도 나와 있는데 다음과 같은 病證에 쓰인다.

精液의 性味는 甘溫하다. 鷹屎白(매의 똥 흰 부분)과 和均하여 面上黧子(검은 사마귀)와 얼굴에 난 흉터에 바르면 낫는다. 또 精液을 푸른 竹筒에 넣어 封合한 뒤 불 위에 태운 뒤 取出하여 그릇에 담아 두고 身面粉瘤處에 바른다.

瘰癧 腫毒과 金瘡血出과 湯火瘡에 바른다.

「醫林」誌에서 오래전에 본 記憶이 있는데 婦人의 乳腫에 男便의 精液을 바르면 神奇하게 治療된다는 글을 본바 있지만 實驗은 하여 보지 못하였다.

綱目集解에 營氣의 粹(수)가 化하여 精이 되어 命門에 모인 것이니, 命門이란 精血의 府인 것이다. 精이 寶가 되나, 氣가 아니면 養하지 못하니 血이 盛하면 精이 長하고, 氣가 聚하면 精이 盈하는 것이라 하였다.

일부 邪術家와 愚人들이 童女를 取하여 交媾하며 女의 精液을 먹거나, 자기의 精液과 女의 精液을 和均하여 먹으면 몸에 좋은 補精 秘方藥이라고 하고 있지만 이는 放恣貪淫으로 甘食殘滓를 먹는 것이라 그 天年(壽命)을 재촉할 뿐으로 아무 根據가 없다할 것이니 可歎할 일이다.

鮑景翔이 말하기를 神은 氣主가 되니 神이 動하면 氣가 隨하여 (氣는) 水母가 되기 때문에 氣가 모이면 水가 生하는 것이다. 人之一身이 貪心動 則津生하고, 衰心動 則濕生하고, 愧心動 則汗生하고, 慾心動 則精生이라 하였다.

V. 結語

以上으로 精에 對한 이야기를 하여 보았다. 그 重要性 비추어 精에 對한 資料는 貧弱하였다.

精은 五臟에 모두 있으며 精은 交接時에 排出되는 精液만이 아니라 全身을 支撐하는 元素로서 動力을 말한다고 하였다. 몸속에 있는 精이 모두 消失 되는것을 奪精이라하여 奪精에 이르게 되면 不歸의 客이 된다.

精不足의 主症은 腰背痛 脛痠痛 腦轉(頭痛)證 眩冒證 耳鳴證 脰痠證이 되겠지만 여기에서 派生되는 病證들은 이루 헤아릴 수 없이 많다.

近代에 많은 坐骨神經痛, 腰痛, 디스크를 비롯하여 陽氣不足證, 頭耳部の 病

■ “精”이야기

들도 일단 이 範疇에서 생각하여 볼 必要가 있다. 東醫寶鑑등의 一般的인 治療에서 效가 期待에 미치지 못하면 精病으로 方向을 돌려서 對應하는 것도 한 方法이 될 것이다.

治療劑로서 가장 많이 運用하는 六味地黃湯에 對해서는 運用例를 比較的 자세히 摘示하였으니 參考하고 그의 處方에 對해서도 適證을 나뉠대로 研究하면 좋은 效果를 期待할 수 있을 것이다.

六味地黃湯은 臨床家라면 모두의 愛用方이지만 少陰人 體質者의 胃障礙에 는 草豆蔻를 加用하라는 指示를 留意하였으면 한다.

여기에서 主用하는 六味地黃湯과 合方으로 좋다는 四物湯에 對해서 다시 한번 原典을 들어보면서 復習하면서 結論으로 마치기로 한다.

▶ 六味地黃湯은 錢乙方이다. 用途를 다음과 같이 例舉하고 있다.

腎精不足(腎水不足) 虛火炎上 面生雀斑 頭目眩暈 咽喉燥痛 口舌瘡裂 耳聾齒搖 腰膝痠軟 骨熱痠痛 足跟痛 小便淋瀝 或不禁 遺精夢洩 水泛爲痰 自汗盜汗 亡血消渴 尺脈虛大, 婦人經事不調, 小兒虛損 腎疝腦熱 瘡毒.

* 憔悴羸瘦 腰痛 足倦 食慾不振 耳鳴 舌燥喉痛 齒痛.

* 中風 內傷外感 陰虛火動 勞嗽 夜嗽 虛勞 神經衰弱 初老의 腰痛弱視 糖尿病(下消)黃疸 腎臟病 夜尿症 尿血 小便不通 不禁 老人轉脬 莖中痒痛 赤白痢 頭痛 耳鳴 脫肛 齒槽膿漏 小兒諸熱 疳疾.

● 熟地黃(砂仁酒拌 九蒸九酒 杵膏) 8兩 (砂仁술과 섞어 구증구세하여 절구로 찌어 고약같이 만들어 쓴다)

● 山茱萸肉(酒潤炒) 4兩 (술에 묻혀 볶는다)

● 乾山藥(炒) 4兩

● 牡丹皮(酒洗微炒) 3兩 (술로 씻어 약하게 볶는다)

● 白茯苓(人乳汁製焙) 3兩 (사람 젖에 적서 불에 쪄인다)

- 澤瀉(淡鹽酒拌炒) 3兩 (물근 소금과 술을 섞어 볶는다)

研爲細末 和地黃膏 加煉蜜爲丸 梧子大, 每服 70~80丸(或은 2~3錢) 空腹, 食前 淡鹽湯 或白沸湯 送下. 或 溫酒下.

活套

- * 腎虛 腰膝酸痛 加 杜冲 牛膝 各2兩
- * 小便 頻數 去 澤瀉 加 益智仁 3兩
- * 月經不調 加 香附米 2兩 (童便浸 3次 炒) 근艾葉 1兩 (去筋醋煮) 1兩.
- ◆五味子を 加하면 腎氣丸이라하여 滋肺之源하여 以生腎水한다.
- * 附子 肉桂를 加하면 八味丸이라하여 命門陽虛를 治한다.
- * 牛膝 車前子를 加하여 金櫃腎氣丸이라 하여 陰虛浮腫을 治한다.
- * 四象醫學에서는 少陽人藥으로 쓰는데 方中 山藥을 枸杞子로 바꾸어 쓴다. 山藥은 木象人의 藥이므로 이것을 土象人의 藥인 枸杞子로 代置한 것으로 보인다. 特色은 少陽人의 冷滯 宿滯 倒飽 不思飲食 酒傷 嘔吐 乾嘔 등 消化器系統 疾患에도 使用한다는 것이다.

● 雜論

腎虛精少하야 虛火妄行하면 則下虛上實하여 百病叢生이라 此方脫胎於 腎氣丸이니 去桂附之辛熱하야 而注重於填補니라,

- * 地黃 山茱萸는 補血益精하야 以壯水之主요
- * 山藥 茯苓는 建脾滲濕하야 以培水之源이요 (脾旺 則能運化食物 而生精血)
- * 牡丹皮 澤瀉는 清血排毒하야 疎水道之滯니라.
- * 如血虛陰衰 則以熟地黃으로 爲君하고, 滑精則 以山茱萸로 爲君하고,
- * 小便 或多或少 或赤或白 則以茯苓으로 爲君하고,
- * 小便淋澀 則以澤瀉로 爲君하고,
- * 心意不足 則以牡丹皮로 爲君하고,

■ “精”이야기

- * 皮膚乾澁 則以淮山藥으로 爲君하니 此方은 四通八達로 隨用皆宜니라,
- * 至用 縮砂製地黃은 不特無減食作瀉之虞니 并可助脾氣之轉運하야 以遂其陽生陰長之妙니라.
- * 六味地黃丸을 湯으로 服用하면 目病常發於冬者 宜之라 하였다.
- ▶ 四物湯은 和劑局方으로 다음과 같이 用途를 들었다.

一切失血로 體弱하고 或 血虛發熱하야 肝邪升旺커나, 或 癰疽潰後에 晡熱作渴이라. 婦人 經不調하야 臍腹疝痛하고 腰中疼痛하며, 或 崩中漏下나 或 胎前腹痛下血이나, 産後血塊不散하야 惡露不止證을 治하니. 凡 屬於血液 虧少之病은 皆可治니라.

- * 營衛를 保養하고 氣血을 滋養하며 衝脈 任脈의 虛損과 月水不調하야 臍腹疼痛하고 崩中漏下하며 血寢塊硬으로 發歇疼痛이라 妊娠宿冷과 失意로 胎動不安커나, 産後乘虛하야 風寒內搏으로 惡露不下하며 生結瘕聚하야 小腹堅痛 時時寒熱 等증을 治하니라. 男子 精血虛損 發熱에도 亦宜니라.
- 熟地黃 3錢 (血熱 煖 生地黃) 血中血藥也 通腎經. 性味 甘寒 能生 眞陰之虛者也.
 - * 또는 滋陰生血, 臍痛 非此不除. 肝經藥으로 秋月에는 倍用. 男子 加此.
- 當歸身 3錢 (大便不實 用 土炒) 血中主藥也 通肝經. 性味 辛溫, 全體用 則 能活血 各歸其經也.
 - * 또는 潤中和氣, 刺痛 非此不除, 腎經藥으로 冬月에는 倍用.
- 白芍藥 2錢 (泄瀉腹痛 桂酒炒, 失血 醋炒) 陰分藥也, 通脾經. 性味 酸寒 能養血, 또는 血虛腹痛.
 - * 또는 緩中破血 腹痛 非此不除, 心經藥으로 夏月에는 倍用.
- 川芎 1,5錢 (血逆 童便浸) 血中氣藥也 通肝經. 性味 辛酸 能血滯於氣也.
 - * 또는 清涼 和血行血, 頭痛 非此不除, 肝經藥으로 春月에는 倍用.

- * 女人亦倍用이니 水煎 常溫服하면 四時之氣를 順하게 한다.
- 活套 ; 春加 防風 倍 川芎 夏加 黃芩 倍 白芍藥 秋加 天門冬 倍地黃
冬加 桂枝 倍當歸
- 用法 ; 研爲粗末 清水煎 臨臥時 熱服. 先服 後食 勿過飽

(사거리한약방 전남 장성군 북이면 사거리 636-5)