

침술과 동종요법

Acupuncture & Homeopathy



최환석 요셉 교수
가톨릭대학교 성모병원 가정의학과

이번 호에서는 미국 국립보건연구원(NIH)의 국립보완 대체의학센터(National Center for Complementary and Alternative Medicine)에서 분류한 보완대체의학의 한 영역인 대체의학체계(Alternative medical system)에 속한 침술(acupuncture)과 동종요법(homeopathy)에 대한 것을 살펴본다. 침은 전 세계적으로 널리 사용되고 있으며, 많은 연구가 이루어진 분야이며, 동종요법 또한 서구 사회에서 우리의 한의학(또는 중국 전통 의학)처럼 흔히 이용되어져 왔다. 체하면 손끝을 따거나 합곡이라는 경혈을 자극하는 것을 흔히 경험하지만, 이에 대한 이해 부족은, 비록 일부이긴 하지만, 이들을 반의료적으로 간주하는 경향이 있어 환자에게 도움이 될 수 있는 기회를 잃게 되기도 한다.

침술(Acupuncture)

침술은 약 3000년 전부터 중국에서 행해진 '중국전통 의학(TCM: Traditional Chinese Medicine)'의 일종으로 중국, 한국, 일본에서 전통적으로 행해져 왔다. 농양을 터뜨리기 위해 대나무나 뼈로 만든 바늘을 이용한 치료에서

발전되었다고 알려진 acupuncture는, 경험적으로 경혈을 발견하고 이들이 연결되어 경락의 개념이 형성되었을 것으로 생각되었다. 그러나 석기시대의 미이라에서 경혈(acupoint)로 추정되는 문신이 발견되었고, 오래된 고대 중국의 문헌에서 경락(acupuncture channel)으로 추정되는 부위에 열을 가한 기록이 있는 것은 경혈의 개념 이전에 경락의 개념이 형성되었을 가능성을 시사해준다. 침에 대한 이론 체계는 기원전 백 년경 저술된 「황제내경」의 영추편에서 출발하여 여러 시대를 걸쳐 발전되어 왔다. 「황제내경」에서 160여 개의 경혈을 언급하였으며, 이는 점차 발전하여 명나라 양계주가 저술한 「침구대성」에서는 359혈로 증가하였다. 최근 이침과 같은 새로운 침술이 발전함에 따라 최근 경혈 수는 이천 개에 달하지만, 보통 사용되는 경혈 수는 150여 개에 지나지 않는다.

Acupuncture에 대한 평가를 하기 위해서는 전통적인 용어나 개념에 대한 이해가 필요한데, 이러한 개념 중 근간이 되는 것이 바로 '기(Qi)'다. '기'란 인체의 '경락(meridians)'이라 불리는 통로를 따라 흐르는 생명력으로 정의 내릴 수 있다. 경락학설에 의하면 이 통로들은 눈에 보이지 않으나 어떤 물질적인 실재를 담고 있는 것으로 생각된다. 기와 혈이 경락을 통해서 흐르면서 몸의 모든 부위

를 조화로운 평형 상태를 유지하도록 하는데, 이러한 경혈 내의 '기'의 흐름의 불균형에서 질병이 오는 것으로 생각한다. 따라서 어떤 특정 기관과 연관이 있는 경혈을 찾아 자극을 가함으로써 건강한 신체를 회복할 수 있다는 것이 acupuncture의 이론적 근거이다.

acupuncture의 기본 원리는 가는 바늘로 경혈을 찔러 인체의 부조화를 치료할 수 있게 하는 것이다. 침은 과도한 것을 덜어내고, 모자란 것을 보태며, 찬 것을 덥게 하고, 뜨거운 것을 식히며, 정체된 것을 순환시키고, 무분별한 것을 안정시키는 등의 평형을 벗어난 것을 다시 평형 상태로 되돌리는 음양의 상호 보완적인 조화를 유지할 수 있다. 각각의 경혈은 나름대로의 치료 효과가 있는데, 하나의 경혈을 사용하는 경우는 거의 없고 여러 개의 조합이 치료에 이용된다.

흔히 사용되는 침은 스테인레스를 재료로 한 머리카락 굵기의 침으로 거의 통증을 느끼지 않게 한다. 침을 찌르는 깊이는 경혈의 부위에 따라 달라서, 손가락 같은 곳은 1~2mm이지만 엉덩이 부위는 7~10cm에 달한다. 침술과 마찬가지로 원리로 전기침(electroacupuncture), 뜸(moxibustion), 지압(acupressure)을 시행하기도 한다.

acupuncture의 장점은 약물이나 기타 치료법에 비해서 부작용이 낮다는 것이다. 그럼에도 불구하고 여러 논문에서 acupuncture가 다른 needle 사용 시 발생할 수 있는 동일한 합병증을 유발할 수 있다고 하였다. 전염병의 전파, 기흉, 장기 천공, Cardiac tamponade, 부러진 침의 체내 이동 등이 보고되었다. 사망과 관련된 사례가 보고되기도 했지만, 부작용의 대부분은 시술자가 충분한 훈련을 받지 못한 경우에 발생한다. 여러 연구를 종합해서 내린 결론은 "숙련된 시술자에 의한 acupuncture는 매우 안전하다"라는 것이다. 이는 세계보건기구(WHO)에서 오심 및 구토의 예방과 치료, 알코올, 니코틴 및 기타 약물 의존과 통증, 기

관지 천식이나 기관지염 같은 호흡기 질환, 또는 뇌졸중에 의한 신경 손상의 재활에 acupuncture로 효과를 볼 수 있다고 발표한 것에서도 확인할 수 있다. 미 국립보건연구소 또한 acupuncture가 화학요법과 관련된 오심, 구토, 성인에서의 수술 후 통증 및 수술 후 치통에 효과가 있으며, 각종 중독, 뇌졸중 후 재활, 두통, 월경통, 테니스 엘보, fibromyalgia(섬유근육통), myofascial pain(근막통), 골관절염, 하부 요통, 수근관 증후군, 천식에 도움이 될 수 있다고 발표하였다.

동종요법(Homeopathy)

동종요법이라는 말은, '같다'라는 의미의 그리스어 homois와 '질병'을 의미하는 pathos에서 나온 말이다. 환자의 괴로운 상태와 '비슷한 괴로움' 즉, '동종의 고통'을 인위적으로 유발하여 우리 몸의 스스로 치유할 수 있는 능력을 자극하는 치료법을 말한다.

동종의학의 기본 원칙들은 이미 고대 그리스 의사이며 의학의 아버지였던 히포크라테스(기원전 460~350년)에 의해 발견되었다. 그는 '유사한 물질에 의해 질병이 발생하고 유사한 물질에 의해 치료된다'라고 기술하였다. 그는 또한 질병의 증상들을 자연적인 치유력의 표현이라고 기술하였다.

동종요법은 약 200여 년 전 독일의 의사인 사무엘 크리스찬 하네만(Christian Friedrich Samuel Hahnemann 1755~1843, Germany, France)에 의해 소개된 의학으로, 전인적인 심신의학이다. 하네만은 우연히 남미와 유럽에서 말라리아 치료제로 사용되던 기나피(Chinchona bark)가 쓰고 지독한 맛 때문에 말라리아에 효과가 있다는 내용을 믿을 수 없어 자신에게 시험하여, 말라리아 환자에게서 보

이는 것과 비슷한 증상이 발생하는 것을 발견하였다. 그는 여러 다른 약들을 사용하여 비슷한 결과를 얻은 후 "건강한 사람에게 어떤 특정한 증상을 유발하는 약물은 그 증상을 나타내는 환자를 치유할 수 있는 힘을 가지고 있다"는 '유사성의 법칙(Law of similars)'을 주장하였다. 하네만은 '유사성의 법칙'을 바탕으로 여러 가지 약제를 동종요법적으로 시험하고 그 약효를 찾는 데 평생을 바쳤다. 그 밖에 동종요법의 원칙으로, 될 수 있으면 한 번에 한 가지 약제를 사용하는 '단순의 법칙(Law of simolex)'과 '극소량의 법칙(Law of infinitesimal dose)' 등이 있다. 유사성의 법칙 못지않게 현대 의학자들에게 도전이 되는 원칙이 약물의 용량이 적으면 적을수록 신체의 생명력에는 더욱 강력한 효과를 발휘한다는 것이다. 동종요법 약제에서 가장 중요한 과정은 반복된 희석과 진탕으로 구성되는 역동화 과정인데, 경우에 따라 $1/10^{24}$ 이하로 희석되기도 한다. 1 mol에 존재하는 분자의 수가 6.02×10^{23} 개라는 아보가드로의 법칙에 의하면 이 농도에서 약제의 분자를 발견할 수도 없을 것이다. 그런데 분자를 발견하지 못할 정도로 희석된 약제가 오히려 강한 치료 효과가 있다고 주장한다. 이 때문에 동종요법이 위약효과(Placebo effect)일 뿐이라고 비판받기도 한다. 그렇지만 여러 메타분석 결과 동종요법의 효과는 단순히 위약효과가 아니라는 많은 연구 결과가 보고되었다. 동종요법 약제의 이러한 특성은 동종요법 약제의 안전성에 대한 이유가 되기도 한다. 미국 국립보건원 산하 국립보완대체의학센터에서도 동종요법 치료는 치명적인 부작용이 없다고 설명하고 있다. 물론 동종요법적 악화(Homeopathic aggravation)라고 불리는 동종요법 치료 초기에 일시적이고도 가볍게 나타나는 증상의 악화 현상이 약 20% 환자에서 관찰되는데, 이는 질병의 악화와는 다르기 때문에 현대 서양의학적 치료에 의한 부작용과는 구별이 된다고 할 수 있다. 동종요법의 이러한 장점은 임신부와

산모, 소아의 질병에 대해 적극적으로 치료할 수 있다는 것을 의미하기도 한다.

동종요법의 특징 중 중요한 것은 전일적 의학(Holistic medicine)이라는 점과 개별화된 치료(Individualized treatment), 육체와 정신을 모두 고려하는 의학이라는 점이다. 환자가 가진 질병을 치료하려 하지 않고 질병을 가진 환자를 치료하는, '질병은 없다. 단지 질병을 가진 환자가 있을 뿐이다'라는 말은 전일적 의학을 잘 표현하고 있다. 또한 개별화된 치료로 인해 같은 질병이라도 환자에 따라 약제가 달리 투여된다. 예를 들면 감기에서도 코가 주로 불편한 환자와 기침을 주로 호소하는 환자는 다른 약제로서 치료하며, 두통을 호소하는 환자라도 전두부 통증을 호소하는 환자와 두정부 통증을 호소하는 환자는 다른 약제로 치료한다. 또한 우측 무릎에 통증이 심한 환자와 좌측 무릎에 통증이 심한 환자는 다른 약제로 치료하게 된다.

맺음말

침술과 동종요법은 질병에 대해 전혀 다른 접근을 하고 있지만, 질병을 가진 환자를 대상으로 하며, 환자별로 개별화된 치료를 하여 환자의 항상성(homeostasis)을 회복하거나 자체 치유력을 강화시키는 등의 내재된 에너지 즉, 생명력을 다룬다는 점에서 매우 비슷하다. 더군다나 부작용이 극히 적고, 현대 의학적 치료에 영향을 주지 않고 증상의 회복 내지 질병 치유를 도모할 수 있다는 점에서 이들을 대하는 의료인들의 긍정적인 자세가 필요할 것이다.