

향신(香身)요법에 관한 문헌 고찰

이승호, 박필상, 권동렬
원광대학교 약학대학 한약학과, 원광한약연구소

ABSTRACT

A review of Spice Phenomenon Therapy

Seung-Ho Lee, Pil-Sang Park, Dong-Yeul Kwon
College of Pharmacy and Wonkwang-Oriental Medicines Research Institute, Wonkwang University

The spice phenomenon therapy is to adhibit aromatic herbs or materials to the human body or clothing, for the purpose of preventing and treating diseases. Mankind found the fire, and found that some plants and trees give off smoke when they are burning. Then, they found that some of aromatic substances had certain actions after being absorbed through the respiratory organ, which was the beginning of the spice phenomenon therapy.

The spice phenomenon therapy is effective to relieve the exterior syndrome, to eliminate dampness, to regulate Qi flow, and to induce resuscitation. It has two actions. One is that the aromas that permeated the body, refreshes the mind, stimulates the appetite, strengthens the spleen and the stomach, and makes a relaxing sleep. The other is that the aromatic substances, absorbed into the human body, have pharmacological actions.

The volatile aromatic substances have various pharmacological actions such as stimulating cranial nerves, dilating cardiac blood vessels, promoting gastric secretion, relaxing and sleep-inducing. It

-
- 교신저자 : 권동렬
 - 전북 익산시 신용동 344-2 원광대학교 한약학과 한약연구소
 - Tel : 063-850-6802 Fax : 063-852-6802 E-mail : sssimi@wku.ac.kr
 - 접수 : 2010/ 08/ 31 수정 : 2010/ 10/ 28 채택 : 2010/ 11/ 10

has been proved that the spice phenomenon therapy is anti-inflammatory and anti-microbial and is effective to dilate cerebral blood vessels and to ease the pain. It is expected to be studied more aggressively.

Key word : Spice Phenomenon Therapy, Relieving Exterior Syndrome, Eliminating Dampness with Aromatics, Regulating Qi Flow with Aromatics, and Inducing Resuscitation with Aromatics

I. 서론

香身療法은 향이 나는 약재나 재료를 사람의 몸이나 혹은 의복에 직접 사용하여 질병을 예방하고 치료하는 방법으로 芳香療法の 범주에 속한다¹⁾. 香身の 방법은 烟薰法, 蒸氣法, 藥衣法, 藥沈法, 藥氣法, 등 5가지로 나누는데 방향성 있는 약재를 구강이 아닌 호흡이나 피부경로를 통해 흡수하여 치료 작용을 한다.

중국은 香身療法에 대하여 오랜 역사를 가지고 있으며 초기는 주로 지배계층의 향락 미용 등을 목적으로 이용 되었다²⁾. 香身療法에 사용되는 香藥 또한 사회가 발전하고 외국과의 교역이 활발해지면서 점차 종교의식, 일반인의 사회풍속으로 확대되어 醫學뿐 아니라 여러 방식으로 이용되어 왔다³⁾. 우리나라의 향신문화는 민간종교나 유교 불교와 같은 외국에서 유입된 종교 등과 밀접한 관계를 갖는다. 민간에서는 주로 병마 귀신, 악귀신 등을 쫓는데 또는 죽은 영혼을 다스리는데, 사람의 죽은 시신을 다루는데, 영적인 생활, 정신적인 높은 이상을 추구하는 것을 위주로 발전해왔으며 高句麗때 佛教가 유입되면서 향신문화가 들어오기 시작하였고, 朝鮮時代에는 유교가 성행하면서 향신 문화가 함께 꽃피우기 시작하였다. 본 저자는 香身療法 역사와 그 작용기전을 조사하고 어떻게

이용되어 왔는지 조사하였다.

II. 본론

전통의학의 外治法은 內治法보다 앞선 기원을 갖고 있다. 인류가 불을 발견한 후 일부 초목을 태울 때 芳香性있는 연기가 나는 것을 발견하였고 그 중 일부 芳香性 물질이 호흡을 통해 흡수되면 어떠한 작용을 한다는 것이 香身療法의 시초가 된다.

1. 향신요법의 역사

1) 맹아시기

중국의 夏代에서 西晉의 2300년간은 香身の 萌芽時期라 볼 수 있다. 紂왕조 시대부터 紅花液을 이용하여 희고 고운 피부를 유지했고 戰國시대 에는 시녀들이 이용하여 吳王의 환심을 사려 했다고 전해져 내려온다. 西漢 이후에 봉건주의 사회로 바뀌고 생산력이 늘어났고, 서역과 교역이 늘고 東漢때 영토 확장이 되면서 藥材와 香料의 교류가 활발해지고 宮闈貴族 들 사이에서 점차 香身을 사용하기 시작하였다. 당시에 쓰여진 《五十二病方》에는 “頭脂”, “靡(磨)脂”등 香身요법이 기술 되어 있고 “般(癩)”과 “乾癩(瘡)”등 香身요법 관련된 질병이 기록 되어있다. 馬王堆 1호 묘에서 출토된

香囊, 香料와 花椒, 香茅, 佩蘭, 桂皮, 杜衡등의 약재로 당시의 香身に 대한 연구가 어느 정도 있었다는 것을 알 수 있다. 《史記》에서는 景帝朝(기원전 156년)때에 沐浴에 대해 중시했다고 기록되어 있는데 당시 香身に 蕙(零陵香), 杜衡, 杜若, 白芷, 江離, 麝芙, 菖蒲, 澤蘭등의 약재가 보편화 되어 쓰였음을 알 수 있다. 그 후 漢나라가 망하고 漢三國에서 西晉까지 전란과 흉작이 빈번하여 香身に 대한 연구가 이루어지지 못하였다.

2) 형성시기

東晉에서 부터 唐말기까지는 香身요법 형성시기라 볼 수 있다. 唐때는 중국이 통일되어 정치경제적인 안정이 이루어져서 다른 나라와의 교류도 늘어났으며 의학이 발전됨에 따라 다른 나라에서 수입 하는 香身藥도 많아지게 되었다.

예를 들어 신라에 白附子, 고려에 人蔘, 월남에 沉香등이 끊임없이 수입됐고 궁중에서 미용과 香身法에 관심을 기울이기 시작했다. 葛洪이 지은 《肘後備急方》에는 “治面疱發禿身臭心昏鄙丑方第五十二”편은 미용에 대한 것만 실려 있고 宋明帝 때 쓰여진 《香方》⁴⁾ 서문에서는 香藥의 과용을 경고하고 있지만 이것으로 당시 상류사회 계층의 香身に 대한 관심을 알 수가 있다. 그러나 이 시기의 香藥은 주로 상류사회의 왕족이나 귀족관료에게 제한적으로 이용되었으며 香藥의 수요 또한 비교적 적었다⁵⁾.

3) 발전시기

宋나라때 이르러 사회와 경제가 발전하고 일반 백성들의 생활의 수준이 향상되면서 상류 사회에 제한적으로 이용되었던 香藥의 이용이 점차적으로 일반 백성에게 까지 확대 되어 의학뿐 아니라 음식, 기구의 제작, 종교의식, 사회풍속 등으로 다양하게 그 사용 범위를 넓혀갔다. 이 시기에 중국 내에서 생산되는 香藥은 新疆, 甘肅, 陝西, 山西, 雲南, 貴州, 四川 등의 지역에서 생산되는 麝香과 福建, 江西, 湖南, 雲南, 貴州 등의 지역에서 생산되는 蘇合香, 沉香, 箋香, 降眞香, 檀香, 白檀香, 丁

香, 木蜜香, 橄欖香, 鷄舌香, 零陵香, 蓬萊香등이 있었다. 그러나 이러한 약재들은 동남아 및 아랍 일대에서 나는 약들과 품질·수량에서 큰 차이를 보였다⁶⁾.

淸나라때도 궁중과 일반 백성들 까지도 香身に 대한 관심과 수요가 비교적 활발하였다. 淸의 光緒皇帝가 비누에 香藥을 배합하여 五月十二日에 加味香肥皂 一匣을 썼으며 七月十九日에는 加味香肥皂十錠, 七月二十五日, 八月七日에는 각각 十錠씩 썼다는 기록이 보이며⁷⁾

淸나라의 宮醫案에는 透腦聞藥方, 淸腦聞藥方, 避瘟明目淸上散, 避暑香珠, 淸靜香, 避穢香등 이 실려 있는데⁸⁾ 이것으로 당시 왕궁의 향신에 대한 관심도가 얼마나 컸었는가는 가늠할 수 있다. 아래의 표는 宮醫案에 실린 여러 方을 정리한 것이다(Table 1 참조).

Table 1. 宮醫案에 실린 여러 方劑

處方名	藥劑
透腦聞藥方	松羅茶, 瓜蒂, 冰片
淸眩聞藥方	松羅茶, 辛夷, 青黛, 南薄荷, 冰片, 僵蚕(炒)
避瘟明目淸上散	南薄荷, 香白芷, 川大黃, 貫衆, 大青葉, 珠蘭茶, 降香, 明雄黃(水飛), 朱砂, 上梅冰片
避暑香珠	香濡, 甘菊, 黃柏, 黃連, 連翹, 蔓荊子, 香白芷
淸靜香	白檀香, 沈香, 安息香, 乳香, 廣木香, 龍涎香, 簡子, 排草, 丁香, 蘇合油, 黃連, 唵叭, 冰片, 麝香, 炭末, 密, 紅棗肉泥
避穢香	川大黃, 荊穗, 紅棗(去核)

2. 香藥의 역사

香藥은 氣味가 芳香性있는 藥物을 말한다. 香은 香料를 말하는 것이고 藥은 藥物을 가리키는 것으로 宋나라때는 이를 같이 사용하여 칭하였으며 약에서 향이 나거나 향 자체가 작용을 하는 것이다. 乳香, 降香, 沉香, 檀香, 安息香, 降眞香, 龍腦, 蘇合香 등이 있다. 사서에는 궁중에서 香藥을 이용

한 경우가 비교적 많은데 당시 궁중에서 사용한 향藥들은 지방에서 상납한 것이거나 다른 나라에서 수입된 것들로 궁녀들의 미용과 보건을 위해 쓰였다.

《山海經》에는 100여종의 약재가 기록되어 있는데 그 중 향藥은 熏草(零陵香), 藥(白芷의 다른 이름), 桂, 杜衡, 川芎, 麝芎(川芎의 지상부분) 등이 기재되어 있다. 중국 戰國시대의 屈原이 지은 《離騷》의 기록에 따르면 44종의 향草가 기록되어 있는데 대부분이 약용으로 쓰였다. 漢나라 때 司馬遷의 《史記》에는 12종의 식물 약재가 기록되어 있는데 그중 10동이 향藥이다. 《漢書》에는 향藥이 18종이 기재되어 있다. 《神農本草經》은 漢나라 이전의 약학지식과 이론을 볼 수 있는데 기재된 365종의 약물중의 향藥이 10%정도를 차지한다. 외국에서 향藥을 들여오기 시작한 때는 晉나라 부터이고 隋唐 및 宋나라 때는 중국의 문화와 경제가 번영하던 시기로 대외 무역과 교류가 빈번하여 불교의 수입과 더불어 향藥수입의 종류도 많아지게 되었다. 당시 아랍 등 각국의 檀香, 蘇合香, 龍腦香, 乳香, 沉香 등이 중국으로 수입되었다. 그러나 일부 향藥들은 병을 치료하는 목적이 아닌 지배계층의 향락을 목적으로 수입되었으며 熏香, 佩香, 舍香, 浴香 등의 방법으로 사용되었다. 唐의 《新修本草》에는 새로이 芳香藥을 기재하였고 蘇合香, 阿魏, 安息香, 龍腦香, 胡椒 등 다른 나라에서 정식으로 수입된 향藥에 대하여 藥性和 효능을 자세히 기재하였다. 唐의 李詢이 지은 《海藥本草》에는 芳香藥이 50여종이 기록되어 있는데 이는 전체 기록되어 전체 약재의 반을 차지하며 대다수가 다른 나라에서 수입된 약재들이다. 1974년 泉州灣 後諸港에서 발굴된 宋의 沉船에서 가장 많이 출토된 것이 香料藥物로 완전히 탈수되지 않은 상태의 것이 4700여근에 달하며 降眞香, 乳香, 龍涎香, 胡椒 등이 있었다. 이것으로 당시 향藥의 수입이 얼마나 성행하였는지 알 수 있다.

옛 부터 芳香療法에 자주 사용된 약재는 艾葉,

熏草(零陵香), 蘇合香, 木香, 艾納香, 龍涎香, 乳香, 察香, 沉香, 檀香, 安息香, 降眞香, 龍腦香, 佩蘭, 石菖蒲, 杜衡, 茅香, 辛夷, 白芷, 桂, 吳茱萸, 厚朴, 蒼朮, 當歸, 阿魏, 川芎, 蜀椒, 莫本, 高良薑 등이 있다.

3. 香身療法の 효능

1) 解表作用

六淫外邪로 인한 질병은 우선 인체의 피부경락을 침범하게 되는데 그로 인하여 頭痛, 發熱, 脈緊, 無汗 등의 증상이 나타난다. 解表芳香藥物은 肺氣를 開宣하고 風寒을 발산하여 사기를 능히 몸 밖으로 몰아낼 수 있다. 예를 들어 桂枝, 細辛, 紫蘇, 生姜, 白芷, 香薷, 薄荷 등의 약물이 있으며 대개 肝, 脾, 肺, 腎, 膀胱, 胃經으로 귀경한다.

2) 芳香化濕

“芳香辟穢”라고도 한다. 그 중 穢와 濕은 濕邪로 인한 병을 가리키는 것으로 濕邪가 脾臟을 침범하여 脾의 운행이 실조한 것을 말한다. 이때의 芳香藥의 性質은 대개 溫하고 燥한 것이 특징이다. 《神農本草經百種錄》에서는 “香者氣之正, 正氣盛, 則自能除邪辟穢也.”라 하였고⁹⁾, 《本草綱目》에서도 “蘇合香氣竄, 能通諸竅臟腑, 故其功能辟一切不正之氣.”라 하여¹⁰⁾ 옛 의가들은 이미 향藥에 除邪辟穢의 효능이 있다는 것을 인지하고 있었다.

《神農本草經疏》에서는¹¹⁾ 이러한 類의 芳香藥을 “香燥藥”으로 분류해 놓았는데 沉香, 龍腦, 藿香, 荳蔻, 丁香, 烏藥, 香附, 木香 등이 실려 있으며 醒脾化濕, 燥濕健脾의 작용을 한다. 《本草求真》에서는 “凡藥色黃, 味甘氣香, 性屬土者, 皆入足太陰脾經, 足陽明胃經.”이라 하여 芳香藥의 化濕作用이 脾胃에 밀접한 관련이 있음을 언급하고 있으며 濕濁內阻하여 濕으로 인하여 脾의 運化가 실조되어 생긴 증상을 치료하는 작용을 한다. 《神農本草經疏》에서 열거한 “脾虛十二證”중에 8가지 證에 芳香藥으로 醒脾健脾하는 치법을 사용하고 있다.

3) 芳香行氣

芳香藥은 走竄하는 작용이 있으며 溫한 성질의

藥은 通行의 작용을 한다. 그래서 芳香藥은 疏理氣機의 작용을 하는 것이다. 《神農本草經疏》에서는 行氣의 작용을 하는 芳香藥들을 降氣藥으로 분류해 놓았다. 예를 들어 降香, 鬱金, 沉香, 烏藥 등이 이에 속하는데 이러한 종류의 약들은 주로 肺, 肝, 脾經으로 귀경하며 肺, 肝, 脾의 장기들은 인체의 氣機조절과 通暢에 밀접한 관련이 있어 氣機壅滯로 인한 질병의 치료에 이용 되었다. 《本草求真》에서 “氣塞宜通, 在心與肺, 則有宜于薰香, 安息香. 在脾, 則有宜于川芎, 香附.”라고 기재된 藥材들 또한 芳香藥이 주를 이룸을 알 수 있다.

4) 芳香開竅

辛香走竅의 작용으로 開竅하여 막힌 구멍을 通해주고 醒神을 해주는 작용을 하는 藥物을 芳香開竅藥이라 한다. 《溫病條辨》에서는 香身に 사용되는 芳香開竅藥에 대하여 “此芳香化穢濁而利諸竅, 使邪隨諸香一齊俱散也.”라고¹²⁾ 설명하고 있다.

心은 神을 藏하는 곳으로 神明을 주한다. 心竅가 通하면 神明이 主할 수 있고 心竅가 막히면 神明이 閉하여 神志昏迷등의 症狀이 나타난다. 開竅藥은 辛맛이 있고 芳香성이 있으며 走竅하는 작용이 좋고 대부분이 心經으로 귀경한다. 예를 들어 麝香, 冰片, 蘇合香, 石菖蒲, 樟腦 등이 이에 속한다. 《神農本草經疏》에서는 이런 종류의 약재들을 “開竅”藥으로 분류해 놓았다. 《本草綱目》에서도 麝香은 “走竅, 能通諸竅之不利, 開經絡之壅遏.”라 하였고¹³⁾ 冰片은 “通諸竅, 散鬱火”, 蘇合香은 “氣香竅, 能通諸竅臟腑”, 樟腦는 “通關竅, 利滯氣”라 하였다. 《本草從新》에서는 石菖蒲를 “辛苦而溫, 芳香而散, 開心竅, 利九竅”라 하여 通竅를 강조하였다¹⁴⁾.

5) 通經止痛

통증은 實證에 많고 주로 經脈이 막혀서 발생한다. 經脈이 막히는 원인은 주로 寒凝, 氣滯, 瘀血 때문이다. 芳香藥은 氣味가 辛香하며 氣의 散과 行을 도와 氣機를 통하게 하여 통증을 없애준다. 예를 들어 木香, 沉香, 香附 등이 이에 속한다. 또한 行血하여 瘀血을 없애고 經絡이 막힌 것을

열어 活血止痛을 한다. 예를 들어 鬱金, 乳香, 沒藥 등이 이에 속한다. 그리고 芳香藥은 性質은 溫한 것이 많아 능히 溫通經絡하고 寒氣를 몰아내어 止痛하는 작용을 한다. 예를 들어 丁香, 小茴香 등이 이에 속한다.

6) 去腐消腫

芳香藥의 去腐消腫작용은 주로 外科에서 이용된다. 宋나라의 陳自明은 《外科精要》에서 말하길 “氣血聞香則行, 聞臭則逆, 大抵瘡瘍, 多因榮氣不從, 逆與肉理, 鬱集爲膿, 得香之味, 則氣血流行.”라 하였고¹⁵⁾ 淸나라의 羅國綱《羅氏會約醫鑒》에서 “論瘡宜用香藥藥”篇을 실어 “凡氣血聞香則行, 聞臭則逆, 況瘡本腥臭, 又聞臭觸則愈甚, 宜聞用香散之藥爲妙.”라 하여 瘡瘍에서 芳香藥의 중요성을 강조하였다. 瘡瘍은 주로 氣血이 肌肉에서 逆行하여 발생하는 것으로 芳香藥物로 氣血을 바로잡게 된다. 예를 들어 麝香, 乳香, 沒藥, 木香, 丁香, 沉香 등이 상용되는 약재들이다. 아래는 증상에 따른 香身療法을 정리하였다(Table 2 참조).

Table 2. 香身療法의 분류, 적응증, 주요 작용 및 방제

분류	적응증	주요 작용	방제
내과	腹脹	痰濁, 食滯 및 肝鬱등으로 인한 腹脹	全身熏洗法 ¹⁶⁾
	癃閉	尿路閉塞으로 인한 尿閉	開閘湯 ¹⁷⁾
	咳嗽	咳嗽	嗽咽筒 ¹⁸⁾
	呃逆	寒逆不治	麻黃 ¹⁹⁾
	痺證	風寒痺	年健雙烏散 ²⁰⁾
외과	癰, 癤	癰, 癤의 潰膿期	猪蹄湯 ²¹⁾
		癰, 癤의 陰證	艾絨湯 ²²⁾
	陰突	陰突	蛇床子烏梅熏法 ²³⁾
皮膚病	疥瘡	鼻聞香法 ²⁴⁾	
부인과	貧血	產後貧血	韭菜熏法 ²⁵⁾

4. 香身療法의 작용기전

1) 內服과 外治는 방법은 다르나 이치는 같다.

芳香療法 대부분은 外治法의 범주에 속한다. 外治法의 치료 작용기전은 清代의 吳師機가 “外治之理即內治之理, 外治之藥, 亦即內治之藥, 所異者, 法耳.”²⁶⁾ 말한 것처럼 內服과 外治의 구별은 病因病機와 辨證이 같은 상태에서 쓰이는 약이 비슷하면 단지 給藥방법과 약을 흡수하는 경로가 다를 뿐이다. 香身요법에 쓰이는 香藥자체에 병을 예방하고 치료하는 작용을 하여 인체의 신경과 내분비계통을 조절할 수 있는 것이다.

2) 經絡 穴자리에 작용을 한다. 대부분의 芳香藥物에 있는 정유는 농도가 진하지 않고 그 성질이 오래 지속된다. 藥이 각 장부에 속한 경락에 작용을 하게 되면 그에 관계된 장부에 작용을 하고 장부 간의 상호작용을 통해 전신에 작용을 하게 된다. 이렇게 하여 신속한 생리적 작용을 유발하고 기혈의 평형을 가져와 질병을 치료하고 예방하는 작용을 하는 것이다.

3) 피부를 통한 흡수. 藥이 피부를 통한 흡수 방법은 오랜 역사를 가지고 있다. 明의 徐大椿은 《醫學源流》에서 “用膏貼之, 閉塞其氣, 使藥性從毛孔而入其腠理, 通經貫絡, 或提而出之, 或攻而散之, 較之服藥優有力, 此致妙之法也.”라 하여 피부를 통한 藥의 흡수에 대하여 자세히 기록하고 있다. 芳香藥物은 삼투압을 더욱 촉진시키는 작용을 하는데 이것으로 藥이 피부를 투과하는 작용을 敷法, 香浴法, 香熨法등의 香身요법에 이용할 수 있는 것이다.²⁷⁾

5. 香身療法の 종류와 이용

香身療法の 종류는 사용하는 방법에 따라 크게 5가지로 나눌 수 있다.

아래의 표는 香身療法の 종류와 이용 예를 정리한 것이다(Table 3 참조).

Table 3 香身療法の 종류, 방법, 병증 및 약제

종 류	방 법	병증과 약제	
烟薰療法	약재를 태운 연기를 입, 코, 귀 및 국부 피부에 사용	頭痛	白芷, 冰片 ²⁸⁾
		癰證	蒼朮, 大風子, 苦參, 防風, 白鮮皮, 五倍子, 松香, 鶴風, 黃柏 ²⁹⁾
蒸氣療法	약재를 끓여 그 증기를 사용	感冒	生薑, 蔥白, 核桃仁, 細茶, 黑豆 ³⁰⁾
		頭痛	當歸, 川芎, 荊芥穗 ³¹⁾
		白帶	蛇床子, 甘草 ³²⁾
藥衣法	약재를 주머니에 넣어 옷속에 달아 사용	産后血量	紅花, 陳醋 ³³⁾
		咳喘	鮮生薑 ³⁴⁾
藥沈療法	배개(沈) 속에 향이 나는 약재를 사용	胃痛	藜拔, 乾薑, 甘松, 山柰, 細辛, 肉桂, 吳茱萸, 白芷, 大茴香, 艾葉 ³⁵⁾
		頭痛	決明子, 菊花 ³⁶⁾
		眩暈	杭菊花, 冬桑葉, 野菊花, 辛荑, 薄荷, 紅花, 冰片 ³⁷⁾
		失眠	黑豆, 磁石 ³⁸⁾
		高血壓	菊花, 丹皮, 川芎, 白芷 ³⁹⁾
藥氣療法	芳香약물의 자연적인 냄새를 이용	鼻炎	荊芥, 防風, 羌活, 川芎, 白芷, 薄荷, 菊花, 藁本, 辛夷花, 細辛, 山柰, 檀香 ⁴⁰⁾
		頭痛	冰片, 藜拔 ⁴¹⁾
		中暑	排草, 檀香, 甘松, 零陵香, 丁香, 薄荷, 麝香, 白芷, 大黃, 北細辛, 荔枝殼, 蘇合油 ⁴²⁾
	皮膚病	大風子, 朝腦, 水銀 ⁴³⁾	

6. 우리나라의 香身療法

우리나라의 경우 현재까지 남아 있는 香身療法에 관한 의학 자료는 주로 《東醫寶鑑》이나 《鄉藥集成方》에서 찾아 볼 수 있다. 《東醫寶鑑》에서는 “治風燥身痒, 威靈仙, 零陵香, 茅香各半斤, 乾荷葉, 藁本, 籐香, 白芷, 甘松香 各 四兩 右剉 四兩 水三桶 熬數沸, 於房內沐浴避風.”라⁴⁴⁾ 하였고, 《東醫寶鑑》에 기록되어 있는 洗藥方에서는 “治楊梅蒼爛, 防風, 蒼耳子, 地骨皮, 荊芥, 苦參, 細辛 各 三兩剉以河水煎, 盛大桶, 浸浴熏洗, 通身出汗出血爲效.”라⁴⁵⁾ 하여 皮膚病에 淋浴法으로 香身療法을 시행하는 방법이 보이며, 《東醫寶鑑》 “虎頭爲沈, 沈之辟惡夢

除魘寐”이라⁴⁶⁾ 하여, 藥沈療法의 치료방법을 적은 기록도 보인다. 또한 《東醫寶鑑》 香身法에는 “茅香, 苗葉, 可煮作湯浴令人身香去惡氣, 煮服之亦可, 零陵香亦香身, 飲浴皆佳.”⁴⁷⁾, 《東醫寶鑑》 “安息香燒之去鬼來神, 辟衆惡.”⁴⁸⁾, 《東醫寶鑑》 解鬱氣 “凡久閉空房, 不宜輒入, 先以香物及蒼朮, 皂莢之類”⁴⁹⁾ 하여, 香身을 치료목적 뿐만 아니라 몸을 깨끗이 하고 정신을 맑게 하여 병을 예방하는 목적으로도 사용하였음을 알 수 있다. 또한 《鄉藥集成方》의 脚氣門에는 각기병을 香身을 이용하여 치료하는 방법을 전문적으로 소개하고 있는데 구체적으로⁵⁰⁾ 아래의 표.4와 같다.

Table 4. 香身을 이용한 병증의 증상, 처방 및 방법

병 증	증 상	처 방	방 법
脚氣綏弱	氣가 위로 치밀러 올라 아픈 증상	車前草, 麻子(삼씨), 赤土	물을 달여 3일 동안 목욕하면 낫는다.
脚氣淋蘊	脚氣로 부은 증상	蒼耳子, 赤小豆	불을 달여 바람이 들어오지 않는 곳에서 부은 곳을 담근다
諸般脚氣	風濕으로 생긴 脚氣의 통증	天麻, 細辛, 半夏	명주 주머니에 넣고 뜨겁게 끓여 아픈 곳을 찜질한다.
腰脚疼痛攣急 不得屈伸	風, 寒, 濕으로 생긴 痺症	蒼耳浴(蒼耳子)	蒼耳子를 달여서 그 물로 목욕 한다.

위의 자료들로 우리나라의 香身요법이 다양하고 독창적인 치료분야를 이루었음을 짐작할 수 있다. 또한 현재까지 남아있는 자료가 미미하여 보다 깊은 연구가 이루어졌으면 한다.

III. 결 론

현대에 와서 웰빙(well-being)에 대한 관심도가 증가하면서 이와 함께 인체에 부작용을 주지 않는 자연 화장품이나 향수에 대한 관심도 높아지고 있다. 香身療法은 약물의 향기로운 氣味가 몸에 스며들게 하여 정신을 맑게 하여주고 식욕을 자극하여 비위를 튼튼히 해 주는 동시에 좋은 기분이 들

게 하여 잠자리를 편안히 해주는 특징이 있으며 또한 인체에 흡수된 약물의 효능이 몸에 직접 작용하는 장점이 있다. 香身療法에 쓰이는 芳香性藥物은 휘발성분이 있어 뇌신경을 자극해 주고 심혈관을 확장해주고 위액의 분비를 촉진시키며 안정과 최면효과 등의 여러 약리작용을 한다. 이와 동시에 세균의 활동을 억제하거나 죽이는 작용도 한다⁵¹⁾. 그렇기 때문에 옛 부터 香身療法을 통해 정신적인 안정을 불러오고 병에 대한 저항성이 강해져서 일부 傳染病의 예방에도 좋은 효과를 보여왔다. 香身요법은 향암⁵²⁾, 향염^{53,54)}, 이담^{55,56)}, 향균⁵⁷⁾, 뇌혈관 확장^{58,59)}, 진통⁶⁰⁾ 등에 효과가 입증되고 있어 앞으로 이에 대한 활발한 연구와 관심

이 증가할 것으로 기대된다. 香身療法은 기존의 소화기관이나 혈관을 통해 약물을 인체에 투입하는 방식과는 차별화되고 획기적인 방법이라 사료되나 여기에 대한 연구가 보다 활발하게 이루어져 보다 안정적이고 다양화된 방법이 개발되어 임상에 보다 많이 이용되었으면 한다.

참조문헌

1. 花碧春, 杜建. 中藥芳香療法與應用探討. 福建中醫藥通報. 第1卷. 第4期. 2002:39-42.
2. 李春生, 李洁, 劉東宇. 中國宮廷美容發展簡史. 中華醫史雜誌. 第31卷. 第3期. 2001:180-3.
3. 楊志明, 左紅, 王莹. 中國香道的起源和發展. 隴東報. 第3版. 2008:1-9.
4. 梁沈鈞. 範曄轉. 『二十五史』3冊. 上海:上海古籍出版社. 1986:209.
5. 周朝進. 『傳統香療法精華』. 上海:上海中醫藥大學出版社. 1998:13-6.
6. 關履權. 宋代廣州香藥貿易史述. 第3期. 1963.
7. 陳可冀. 『清代宮廷醫活』. 北京:人民衛生出版社. 1987:232.
8. 陳可冀. 『清宮外治醫方精華』. 北京:人民衛生出版社:1996.
9. 徐大椿. 『徐大椿醫書全集』. 北京:人民衛生出版社. 1988:85-192.
10. 李時珍. 『本草綱目』. 北京:人民衛生出版社. 1978:1962.
11. 繆希雍. 『神農本草經疏』. 北京:中國中醫藥出版社. 1997.
12. 吳鞠通. 『溫病條辨』. 北京:中國醫藥科技出版社. 1998:74.
13. 李時珍. 『本草綱目』. 北京:人民衛生出版社. 1985:2869.
14. 吳儀洛. 『本草從新』. 北京:北京市中國書店. 1985.
15. 陳自明. 『外科精要』. 北京:人民衛生出版社. 1982.
16. 吳師機. 『理淪駢文』. 北京:人民衛生出版社. 1984:133.
17. 吳師機. 『理淪駢文』. 北京:人民衛生出版社. 1984:170.
18. 張景岳. 『景岳全書』. 上海:上海科技出版社. 1979:265.
19. 吳師機. 『理淪駢文』. 北京:人民衛生出版社. 1984:187.
20. 吳師機. 『理淪駢文』. 北京:人民衛生出版社. 1984:205.
21. 吳謙. 『醫宗金鑑』. 北京:人民衛生出版社. 1963:511.
22. 吳謙. 『醫宗金鑑』. 北京:人民衛生出版社. 1963:511.
23. 武之望. 『濟陰綱目』. 上海:上海科技出版社. 1958:97.
24. 龔廷賢. 『壽世保元』. 上海:上海科技出版社. 1955:235.
25. 武之望. 『濟陰綱目』. 上海:上海科技出版社. 1958:99.
26. 吳師機. 『理淪駢文』. 北京:人民衛生出版社. 1984:4.
27. 林慧光, 丁春. 芳香療法的作用機理. 福建中醫學院學報. 第17卷. 第1期. 2007:26-7.
28. 劉道清. 中國民間療法. 鄭州:中原農民出版社. 1987:168.
29. 趙炳南. 趙炳南臨床經驗集. 人民出版社. 1986:173.
30. 吳師機. 『理淪駢文』. 北京:人民衛生出版社. 1984:53.
31. 吳師機. 『理淪駢文』. 北京:人民衛生出版社. 1984:58.
32. 吳師機. 『理淪駢文』. 北京:人民衛生出版社. 1984:106.
33. 吳師機. 『理淪駢文』. 北京:人民衛生出版社. 1984:117.
34. 高勝廣. 薑汁背心治療. 家庭醫生報. 1987;15(1).

35. 高盛偉. 中醫驗法治病. 中醫雜誌. 1982;72(8).
36. 李時珍. 『本草綱目』. 北京:人民衛生出版社. 1977: 50.
37. 吳師機. 『理論駢文』. 北京:人民衛生出版社. 1984: 67.
38. 王建生. 清肝枕治療眩暈42列臨床報告. 浙江中醫學院報. 1986;34(1).
39. 劉道清. 中國民間療法. 鄭州:中原農民出版社. 1987: 137.
40. 詹永康. 中醫外治法. 長沙:湖南科技出版社. 1984: 87.
41. 洪曉麗. 藥枕治療過敏性鼻炎. 四川中醫學院. 1987; 8(5).
42. 龔延賢. 『壽世保元』. 上海:上海科技出版社. 1989: 193.
43. 龔延賢. 『壽世保元』. 上海:上海科技出版社. 1989: 235.
44. 김재욱. (국역)『東醫寶鑑』. 여강출판사. 2005: 1007(31).
45. 김재욱. (국역)『東醫寶鑑』. 여강출판사. 2005: 209(1).
46. 김재욱. (국역)『東醫寶鑑』. 여강출판사. 2005: 2231(10).
47. 김재욱. (국역)『東醫寶鑑』. 여강출판사. 2005: 2388(20).
48. 김재욱. (국역)『東醫寶鑑』. 여강출판사. 2005: 2388(29).
49. 김재욱. (국역)『東醫寶鑑』. 여강출판사. 2005: 2394(8).
50. 俞孝通. 盧重禮. 朴允德. (국역)『鄉藥集成方』. 上卷:영림사. 1989:253.
51. 傅冠民. 芳香療法的由來作用及其應用. 香料香精化粧品. 第5期. 2002:28-31.
52. 李新人. 癌症. 中醫研究. 1994;13(3):203-5.
53. 李凡等. 吉林中醫藥. 1998;18(2):54.
54. 王文魁. 沈映君. 劑雲. 陝西中醫學院學報. 2000; 23(2):40-42.
55. 胡國勝. 隋艷華. 湖北省衛生職工醫學院. 2001;14(1): 1-3.
56. 陳光亮. 姚道雲. 汪遠金. 中藥藥理與臨床. 中醫研究. 2001;17(1):10-2.
57. 張張廣. 藍文鍵. 蘇鏡娛. 中草藥. 中醫研究. 2002; 33(3):210-2.
58. 胡國勝. 黃先菊. 隋艷華. 中國現代應用藥學雜誌. 2001;18(5):347-8.
59. 胡國勝. 黃先菊. 隋艷華. 中藥藥理與臨床. 中醫研究. 2000;16(4):18-20.
60. 劉琳娜. 梅其炳. 程建峰. 解放軍藥學學報. 2002; 18(2):77-9.