대한한의학 방제학회지 제21권 2호
Herbal Formula Science (HFS)
2013:21(2):90-99
pISSN 1229-1218, eISSN 2288-5641 http://dx.doi.org/10.14374/HFS.2013.21.2.090
Official Journal of The Korean Medicine Society For The Herbal Formula Study
Available at http://www.ompak.okdanche.com HFS

Original Article / 원저

산후 약선식 개발을 위한 조선시대 관련의서 고찰

- 「鄕藥集成方」,「東醫寶鑑」,「方藥合編」을 中心으로-

김정은[1] · 김병숙[2] · 안지영[3] · 김윤경[4*]

[1]원광디지털대학교 웰빙문화대학원 자연건강학과 ·
[2]전북과학대학교 호텔조리영양계열 · [3]원광디지털대학교 한방건강학과 ·
[4*]원광대학교 약학대학 한약학과

The Literature Study of Traditional Diet Therapies on Postpartum Recovery & Lactation in the *Joseon* Dynasty

Jung-Eun Kim[1] · Byung-Sook Kim[2] · Ji-Young Ahn[3] · Yun-Kyung Kim[4*]

[1]Wellbeing & Culture Graduate school of Wonkwang Digital University
[2]Department of Hotel Culinary Arts & Nutrition, Jeonbuk Science College
[3]Department of Oriental Medicine & Healthcare, Wonkwang Digital University
[4]Department of Korean Pharmacy, Wonkwang University

ABSTRACT

Objectives : This study was carried out to investigate the traditional diet therapies for the period of postpartum recovery and lactation and to develop modern postpartum recovery foods. Korean traditional medical treatment for postpartum care focused on treating postpartum obesity, edema, agalactia was studied.

Methods : We investigated the documents recorded in the medical classics of「Hyangyakjipseongbang(鄕藥集成方)」,「Donguibogam(東醫寶鑑)」and「Bangyakhappyeon(方藥合編)」published in 1433, 1613 and 1885 respectively in the Joseon Dynasty.

ⓒ 2013 The Korean Medicine Society For The Herbal Formula Study
This paper is available at http//:www.ompak.okdanche.com which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Results : First, Radix Angelicae Sinensis was most frequently used to treat the postpartum obesity, and a lot of nourishing herbs including Radix Paeoniae Alba, Radix Astragali, Radix Ginseng, Rhizoma Chuanxiong were also used. Second, Radix Glycyrrhizae, Rhizoma Atractylodis Macrocephalase, Pericarpium Citri Reticulatae, Rhizoma Zingiberis Recens were used to treat the postpartum edema. Third, Radix Rhapontici, Medulla Tetrapanacis, Fructus Trichosanthis etc. were used to treat the postpartum agalactia.

Conclusions : Consequently, we hope this study on the prescriptions and herbs for gynecology in「Hyangyak-jipseongbang(鄕藥集成方)」,「Donguibogam(東醫寶鑑)」and「Bangyakhappyeon(方藥合編)」 will provide knowledge for diet therapy model development of postpartum care of the modern times.

Keyword : Diet therapies, Postpartum recovery, 「Hyangyakjipseongbang(鄕藥集成方)」,「Donguibogam(東醫寶鑑)」,「Bangyakhappyeon(方藥合編)」

Ⅰ. 서 론

분만 후 산모들이 해산으로 인한 상처가 완전히 낫고, 자궁이 평상시 상태가 되며 신체의 각 기관이 임신 전의 상태로 회복되는 기간을 産褥期 또는 産後期라고 한다. 산욕기는 개인마다 차이가 있지만 대체로 분만 이후 6~8주의 기간[1]으로, 이 기간에 산모의 건강을 지키고 질병을 예방하기 위한 산후관리가 필요하며 최근 산후조리에 대한 일반인이나 산모들의 인식은 많이 변화하고 있다[2].

한의학에서는 산후의 빠른 회복을 위하여 산모의 상태와 시기에 따라 다양한 처방을 사용해 왔고, 산후회복을 위한 食療를 강조하였으며 민간에서도 의학처방 이외에 관습적으로 이루어지는 다양한 요법이 광범위하게 이용되고 있다. 민간 산후조리 음식은 누적된 경험을 토대로 전통의학의 식이요법이 편의적으로 전래되어온 것으로 산후 허약해진 원기를 보충하거나 분만 후 발생하는 부종을 제거하는 것이 주류를 이루고 있다. 민간에서 전해지는 산후조리 식재료인 가물치, 잉어, 호박 등에 대해 최근의 서양의학적인 관점에서는 긍정적으로 생각하지 않으나[3], 2000년에 보고된 연구 결과에 의하면, 산후조리를 목적으로 상기 음식의 섭취가 매우 광범위하게 이루어지고 있으며[4], 산후의 이런 음식 섭취가 비만을 방지하면서도 건강을 회복시킬 수 있다는 측면이 강조되고 있다[5]. 그러나 이러한 식재료들에 대한 효능은 의학적 검증이 이루어지지 않았으므로 향후 과학적인 연구가 필요하다고 생각된다. 지금까지 한의학적인 산후 조리, 산후 관리에 관한 연구[6-10], 산후 유즙분비, 통유법에 관한 연구 [11-12], 산후부종에 관한 연구[13-14], 기타 산후 증상에 관한 연구[15] 등이 있었다. 그러나 전반적인 산후 약선식 개발을 위한 선행연구는 아니었고, 산후관리, 산후회복, 산후조리의 현황 등에 대한 한의학서의 전반적인 내용을 정리하고 있는 것이 대부분이다. 이에 저자는 예로부터 전래되어온 민간요법의 산후식을, 실제 한의학 고전에서는 어떤 처방이나 재료들이 언급되어 있고 어떤 효능을 가지고 있는지 살펴보고, 현대적인 약선 산후식 개발을 위해 활용가치가 있는 약선 재료를 찾아보고자 하였다. 이를 위하여 우리나라 조선시대 초기, 중기, 말기를 대표하는 한의서인「鄕藥集成方」,「東醫寶鑑」,「方藥合編」을 중심으로 고찰하였다. 산후기에 대부분의 산모들에게 일반적으로 나타나는 증상은 産後虛勞, 産後浮腫, 産後通乳이다. 이 부분에 대하여 상기 문헌에 수록된 처방과 사용된 약재에 대해 조사하여 향후 산후회복식을 개발하기 위한 자료를 제공하고자 하였다.

Ⅱ. 재료 및 방법

1. 고찰 대상

대상 문헌은 조선시대 초기, 중기, 후기 각 시대를

*교신저자 : Y. Kim. Department of Oriental Pharmacy, Wonkwang University. Iksan.
· Tel : 063-850-6803 · Fax : 063-850-6803
· Email : hestia@wku.ac.kr
• 접수 2013/10/30 • 수정 2013/11/22 • 채택 2013/11/27

대표하는 종합의학서로 하였다. 조선 초기를 대표하는 의서로 「鄕藥集成方」(1433)은 權採, 俞孝通, 盧重禮, 朴允德 등이 국가사업으로 편찬한 종합의서[16]로, 영림사에서 펴낸 「國譯鄕藥集成方」[17]을 참조하였다. 조선 중기 의서로는「東醫寶鑑」(1613)을 선정하였는데 역시 국가사업으로 許浚 등이 편찬한 것으로 한미의학에서 펴낸 「精校東醫寶鑑」[18]을 참조하였다. 조선 후기 의서는 「方藥合編」(1885)으로 조선후기 한의사인 黃度淵이 편찬한 것으로 명문당에서 펴낸 「大方藥合編」[19]을 참조하였다. 아울러 한국한의학연구원의 한의고전명저총서DB에 수록된 내용을 확인하였다. 각 처방에 사용된 약재와 식재의 효능분류는 의성당에서 펴낸「식료본초학」[20]과 영림사에서 펴낸「본초학」[21]을 참조하였다.

2. 고찰 방법

본 연구에서는 각각의 문헌에서 産後虛勞, 産後浮腫, 産後通乳(下乳汁) 등의 단어를 기본적인 키워드로 찾고 이와 관련된 항목을 검색하였다. 「國譯鄕藥集成方」의 産後門, 「精校東醫寶鑑」의 雜病篇을 조사하였고, 「大方藥合編」은 産後를 키워드로 검색하였다. 문헌에서 검색한 産後虛勞, 産後浮腫, 産後通乳(下乳汁)의 처방을 조사하고, 각 처방에 사용된 재료들의 문헌 인용 빈도와 약재 효능을 분류하고 조사하였다.

Ⅲ. 결 과

1. 산후허로에 대한 전통의서의 처방 조문 분석

「鄕藥集成方」,「東醫寶鑑」,「方藥合編」에서 産後虛勞에 대한 條文과 處方을 조사하여 정리하였다. table 1) 각 처방의 구성 및 조제법 및 주치증은 다음과 같다.

Table 1. Prescriptions for The Postpartum Weakness in 3 Medical Classics

문헌	처방명	구성 및 조제법	주치증
鄕藥集成方	黃蓍湯	黃蓍, 芎藭, 枳殼(去瓤麩炒), 牡蠣粉 各一兩, 羚羊角屑 半兩. 右麤末每服三錢, 水一鍾半, 猪腎一枚(切去筋膜), 生薑五片, 同煎七分, 去滓, 溫服不拘時	産後蓐勞肌瘦煩悶喘急, 多汗倦怠少力
	猪腎湯	猪腎一枚(去脂膜切), 粳米淘二合, 知母焙三分, 當歸焙一分半, 葱白五莖, 芎藭三分. 右除腎及米外, 剉如麻豆大以水六盞, 先煎猪腎, 七八沸, 內諸藥煎取四盞去滓, 下粳米煮熟, 去米, 空腹分溫三服如人行五六里一服, 服訖臥良久	産後蓐勞似瘧寒熱不能食
	千金方	猪腎一具(去脂四破), 香豉(綿裹),白粳米, 葱白 各一升. 右以水三斗煮取五升去滓, 任情服之. 不差更作(廣濟方)有人參, 當歸 各二兩 爲六味[千金方]	産後虛羸, 喘乏乍寒乍熱病如瘧狀名蓐勞
	猪腰子粥	猪腰子一隻(去白膜切作柳葉片) 用鹽, 酒拌之. 先用粳米一合, 入葱, 椒, 煮粥, 鹽醋調和將蓋也. 生粥狀空心服之.	産後蓐勞發熱
	佛手散	當歸, 芎藭, 黃蓍 各一兩, 柴胡, 前胡 各一分. 右㕮咀, 每服三錢, 水一大盞, 桃柳, 棗子, 烏梅 各一枚, 薑三片, 煎至六分, 去滓, 溫服. 如有痰, 去烏梅.	産後血虛, 勞倦盜汗, 多困少力, 咳嗽有痰
	黃芪飮子	黃耆, 人參去蘆, 生乾地黃, 五味子, 麥門冬, 當歸 各一兩, 牡蠣燒爲粉 一兩半. 右細剉, 每服半兩, 以水一大盞, 入薤白五莖, 豉五十粒, 煎至五分, 去滓, 不計時, 分溫二服.	産後體虛羸瘦, 四肢少力, 不思飮食, 心神虛煩, 汗出口乾
	當歸散	當歸微炒, 白芎藭, 木通, 熟乾地黃, 牡蠣粉, 蒼朮微炒 各一兩. 右麤羅爲散, 每服四錢, 水一中盞, 入生薑半分, 煎至六分, 去滓溫服, 不計時.	産後惡露,少汗出, 多虛無力
	吳茱萸散	吳茱萸半兩(湯洗七遍微炒), 五味子一兩. 右擣篩, 以酒二大盞, 浸半日煎, 至一盞去, 滓不計時, 分溫三服.	産後虛羸, 盜汗, 勑色, 惡寒
	産寶方	黃雌鷄一隻(背上開), 生百合三枚燒, 白粳米飯半升. 右一依尋常着五味調內鷄. 背縫之合, 五味汁煮令熟開腹取百合幷飯. 相和作羹, 食之肉, 亦食令盡.	産後虛羸
	千金翼	吳茱萸 一鷄子大. 以酒三升, 漬半日煮, 服之. 多少隨性	産後虛羸, 盜汗時嗇嗇惡寒

	神效名方	當歸一兩焙, 芎藭二兩, 香附子三兩炒. 右爲細末每服一二錢米飮調下無時	婦人産後虛弱
東醫寶鑑	十全大補湯 加減	去川芎, 加續斷, 牛膝, 鱉甲,桑寄生, 桃仁 爲末. 先將猪腎一對, 薑一片, 棗三枚, 水三盞煎至一盞半, 入前藥末三錢 及 葱白三寸, 烏梅一箇, 荊芥五穗, 再煎至七分, 去滓, 空心溫服	産後勞傷過度
	當歸建中湯	小建中湯 加當歸一兩	産後蓐勞
	當歸羊肉湯	羊肉四兩, 當歸, 川芎, 黃芪 各一兩二錢半, 生薑一兩半 右剉水九盞煎至三盞分三服. 一方無羊肉代以猪內腎一雙	蓐勞肥
	增損四物湯	四物湯 去熟地黃, 加人參, 乾薑, 甘草 等分 煎服	産後亡血, 榮衛虛損乍寒乍熱
	人參鱉甲散	黃芪, 鱉甲 各一錢二分半, 牛膝一錢, 人參, 桂心, 桑寄生, 當歸, 白茯苓, 白芍藥, 桃仁, 熟地黃, 麥門冬, 甘草 各七分半, 續斷五分 右剉作一貼, 空心水煎服	産後蓐勞
	熟乾地黃散	熟地黃一錢半, 當歸, 蟹爪微炒, 鹿角膠珠, 男子裩布燒存性 各一錢, 伏龍肝七分半, 蒲黃炒, 白茯苓, 白芍藥 各五分, 桂心, 甘草 各二分半 右剉作一貼 入青竹茹一錢水煎服	産後氣血未復而有房事勞損下血頭目沈重
方藥合編	補虛湯 (上116)	人蔘, 白朮 各一錢半, 當歸, 川芎, 黃芪, 陳皮 各一錢, 甘草 七分, 生薑三片	産後當大補氣血雖有雜症
	當歸羊肉湯 (上117)	肥羊肉四兩, 當歸, 川芎, 黃芪 各一兩二錢半, 生薑一兩半. 水入九盞煎至三盞分三服.	蓐勞
	四物湯 (上 68)	熟地黃, 赤芍藥, 川芎, 當歸 各一錢二分半	通治血病, 血崩
	六君子湯 (上 69)	半夏, 白朮 各一錢半, 陳皮, 白茯苓, 人蔘 各一錢, 甘草炙五分, 薑三片, 棗二枚	氣虛痰盛
	芎歸湯 (上 23)	川芎, 當歸 各五錢	産前後諸疾及血暈不省橫逆死胎不下, 血崩不止, 惡血自下
	十全大補湯 (上 33)	八物湯(人參, 白朮, 白茯苓, 甘草, 熟地黃, 白芍藥, 川芎, 當歸) 加 黃芪, 肉桂 並各一錢, 薑三片, 棗二枚	一切虛損

2. 산후부종에 대한 전통의서의 처방 조문 분석

「鄕藥集成方」, 「東醫寶鑑」, 「方藥合編」에서 産後浮腫에 대한 條文과 處方을 조사하여 정리하였다 (table 2). 각 처방의 구성 및 조제법 및 주치증은 다음과 같다.

Table 2. Prescriptions for The Postpartum Edema in 3 Medical Classics

문헌	처방명	구성 및 조제법	주치증
鄕藥集成方	枳朮湯	枳實一兩半, 白朮三兩. 右㕮咀, 每服四錢. 水一盞半. 煎至七分, 去滓, 溫服中軟卽當散也.	心腹堅大如盤邊如旋盤水飮, 所作名曰氣分.
	奪魂散	生薑三兩取汁, 半夏七箇, 白麪三兩. 右以生薑汁搜麪裹, 半夏, 爲七餠子, 炙焦熟, 爲末. 水調下一錢, 以小便利爲度.	産後虛腫, 喘促, 利小便則愈
	又方	乾漆, 大麥蘖等分. 右各爲細末, 以新瓦罐子中, 鋪一重麥蘖, 一重乾漆, 如此塡滿用. 鹽泥固濟火煅通赤, 放冷硏爲散. 但是産後諸疾熱酒調下二錢.	産後遍身靑腫, 疼痛, 産後血水疾.
	陳藏器	柑皮爲末以酒調服	産後肌浮
東醫寶	大調經散	黑豆炒一兩茯神五錢琥珀一錢右爲末烏頭紫蘇葉煎湯調下二錢	産後腫滿喘急尿澁
	小調經散	當歸一兩桂心赤芍藥各五錢沒藥琥珀甘草二錢細辛麝香各一錢右爲末每一錢	産後浮腫

鑑		溫酒入薑汁調服	
	正脾散	蓬朮炮便香附子陳皮茴香甘草炙各等分右爲末每二錢燈心木通煎湯調下	産後通身浮腫
	五味白朮散	白朮三錢陳皮一錢半木通川芎赤茯苓各一錢右剉作一貼入水煎呑下與點丸	産後腫宜補中導水行氣
	澤蘭散	澤蘭防己各等分右爲末每二錢溫酒或醋湯調下	産後風腫水腫
方藥合編	해당항목없음		

3. 산후통유에 대한 전통의서의 처방 조문 분석

「鄕藥集成方」, 「東醫寶鑑」, 「方藥合編」에서 産後通乳에 대한 條文과 處方을 조사하여 정리하였다 (table 3). 각 처방의 구성 및 조제법 및 주치증은 다음과 같다.

Table 3. Prescriptions for The Agalactia in 3 Medical Classics

문헌	처방명	구성 및 조제법	주치증
鄕藥集成方	漏蘆散	漏蘆二兩半, 蛇脫十條炙, 瓜蔞十箇(急燒火令焦存性). 右爲末, 溫酒調下二錢, 無所候服藥後, 卽以猪蹄羹投之. 經驗方有牡蠣竝燒存性一方只用牡蠣煅.	乳婦氣脈壅塞乳汁不行及經絡凝滯嬭乳脹痛留蓄邪毒或作癰腫此藥服之自然內消乳汁通行
	又方	成煉鍾乳粉硏, 濃煎漏蘆湯, 調下二錢	乳婦氣少血衰脈澁不行乳汁絶少
	聖惠方 漏蘆散	漏蘆一兩, 木通一兩半, 土瓜根二兩, 滑石一兩半. 右擣篩爲散每服四錢, 以水一中盞, 入葱白五寸煎至六分, 去滓, 不計時溫服. 括蔞根, 澤瀉, 木通, 麥門冬去心各一兩, 葱白 一握, 猪蹄四枚去毛切. 右剉以水, 三大盞煎至一盞半, 去滓, 不計時分四服.	産後乳汁不下心胸妨滿
	又方	葵子一合, 土瓜根一兩, 漏蘆半兩.右擣細爲散, 不計時以溫酒調下二錢.	産後乳汁不下
	又方	葡萄根末, 萵苣子末 各五分. 右以水一大盞煎至七分, 去滓, 分二服. 冬用根秋夏用心葉, 盞神效.	産後乳汁不下
	又方	蠐螬三枚, 硏以醬水一大盞, 入葱白二七寸. 煎至八分, 去葱, 下蠐螬更煎, 三兩沸, 分溫二服.	産後乳汁不下
	又方	烏油麻 三合炒熟. 用湯硏取汁, 不計時服一小.	産後乳汁不下
	又方	漏蘆, 石鍾乳 各二兩. 右治下篩飮服方寸匕卽下.	乳無汁
	又方	石鍾乳, 通草 等分. 右爲末粥飮服方寸匕日三可兼養兩兒. 右二味酒五升漬一宿, 明朝煮沸. 婦人良方 麥門冬, 鍾乳 各六分, 通草 十分.	乳無汁
	漏蘆湯	漏蘆, 通草 各二兩 石鍾乳一兩, 黍米一斗. 右㕮咀, 米泔宿漬, 取汁一二升煮, 藥一二沸, 去滓, 作飮之.	乳無汁
	又方	母猪蹄一具, 粗切, 以水二斗, 熟煮得五六升, 飮之. 不出更作.	乳無汁
	又方	括蔞根, 漏蘆 各三兩, 石鍾乳四兩, 白頭翁一兩, 滑石, 通草 各二兩. 又治下篩酒服, 方寸匕日三.	乳無汁
	又方	括蔞(靑色大者一枚), 熟擣以白酒一斗煮, 取四升, 去滓, 溫服一升日三, 黃色小者用二枚亦好.	乳無汁

	又方	括蔞末, 井花水服. 方寸匕日三. 括蔞根切一升, 酒四升煮, 三兩沸, 去滓, 分三服.	乳無汁
	又方	鯉魚頭 燒作末酒, 服三指撮.	乳無汁
	鯽魚湯	鯽魚長七寸, 猪肪半斤, 漏蘆, 石鍾乳 各八兩. 右切猪肪魚不須洗, 治以淸酒一斗二升, 合煮魚熟藥, 成絞, 去滓, 適寒溫分五服, 其間相去須臾一飮, 令藥力相及爲佳乳卽下	下乳汁
	又方	漏蘆半兩 石鍾乳 括[苦]蔞根 各一兩 蠐螬三合. 右治下篩先食糖水服方寸匕日三.	下乳汁
	又方	鼠作臛食之, 勿令知[子母祕錄]燒末, 酒服方寸匕	下乳汁
	又方	赤小豆煮取汁飮卽下	下乳汁
	御醫撮要	王不留行, 土瓜根 各一兩. 右細末, 不計時熱酒調下二錢	產後乳汁不通
	猪蹄湯	猪蹄一隻, 通草五兩. 右將猪蹄淨洗治如食法次,用水一斗, 同通草煮得四五升, 取汁飮之. [千金方]酒一斗浸之, 稍稍飮之.	嬭婦氣少力衰脈澁不行絶無乳汁
	又方	京三稜三箇. 以水二椀煎至一椀, 洗嬭取汁, 爲度極妙.	下乳汁
	又方	石膏三兩. 以水二升煮三沸, 三日飮令盡妙.	乳不下
	又方	鬼箭五兩. 以水六升煮, 取四升一服八合, 日三燒灰水.	汁[乳]無汁
	又方	野猪膏. 煉令精油, 以一匙和一盞酒服, 日三至十日可供三四孩子.	令婦人多乳汁
	又方	土瓜根細末溫酒服二錢日三	治乳汁不出
東醫寶鑑	漏蘆散	漏蘆二錢半, 蛇蛻一條燒, 瓜蔞一箇. 右爲末, 酒調, 二錢服. 無時仍食, 熱羹湯, 助之若乳多急痛, 以溫帛熨之.	乳汁壅塞不行乳,內脹痛欲作癰腫, 服此自消.
	涌泉散	瞿麥穗, 麥門冬, 穿山甲炮黃, 龍骨, 王不留行 各等分. 右爲末, 先吃猪蹄羹後取藥一錢, 熱酒調下. 仍用木梳於左右乳上 各梳二三十下, 日三次.	乳汁絶少或不行脹痛
	通草湯	桔梗二錢瞿麥柴胡天花粉各一錢通草七分木通靑皮白芷赤芍藥連翹甘草各五分右剉作一貼水煎細飮更摩乳房	乳汁不通
	立效方	萵苣子, 糯米 各一合. 細硏, 水一椀, 攪勻, 入甘草末一字煎頻頻呷服妙.	乳汁不行
	玉露散	桔梗, 川芎, 白芷 各二錢, 赤芍藥一錢半, 人參, 赤茯苓, 甘草 各一錢, 當歸五分. 右剉作一貼水煎服.	凉膈壓乳下乳汁
	猪蹄粥	猪蹄四隻治如食法. 右水二斗煮取一斗去蹄, 入土瓜根, 通草, 漏蘆 各三兩. 剉煮取六升, 去滓, 入葱豉及小米煮作稀粥食之.	治乳無汁
	一方	萵苣子, 糯米 各一合. 右細硏水一椀攪勻,入甘草末一錢. 煎頻頻呷服妙. 又麥門冬末二錢, 酒磨犀角汁一盞, 調服. 又赤小豆煮汁飮, 又鯉魚羹食之.	下乳汁立效
	又方	野猪脂, 每取一匙和一盞溫酒服. 日三乳卽下且多可, 供五兒臘月脂尤佳.	乳無汁
方藥合編	通乳湯 (中137)	猪蹄四隻, 通草, 川芎 各一兩, 穿山甲(炮黃) 十四片, 甘草 一錢. 右入水五升煎至半取汁分三服更以溫蔥湯頻洗乳房	氣血不足乳汁澁少

Ⅳ. 고　　찰

1. 産後虛勞

① 증상

산후허로의 원인은 대부분 출산 후 氣血이 허약해진 상태에서 과로, 영양불균형, 조리불량, 산후 스트

레스 등으로 인해 원기가 부족하고 기혈이 손상되는 것으로 寒熱往來, 肢節瘀痛, 形體日潮羸瘦, 盜汗, 頭痛, 咳嗽, 食慾不振 및 消化不良 등의 증상으로 나타난다[12].

② 약재의 문헌 인용 빈도

「鄕藥集成方」, 「東醫寶鑑」, 「方藥合編」에서 산후허로에 사용한 약재는 補血藥인 當歸가 17回로 가장 많았으며, 그 외에도 芍藥, 生薑, 黃芪, 人蔘, 川芎, 甘草, 熟地黃, 猪腎 등 주로 補虛藥이 많이 사용되었고, 특히 猪腎이 많이 사용되었다.

③ 약재의 효능 분류

「鄕藥集成方」, 「東醫寶鑑」, 「方藥合編」에서 산후허로에 사용한 약재를 효능에 따라 분류하였다 (table 4). 補虛藥의 사용빈도가 현저히 높았으며, 補虛藥 중에서도 補氣藥이 가장 많이 사용되었고, 補血藥, 補陰藥 등의 순으로 많이 사용되었다. 출산 후 허약해진 심신을 회복시키기 위한 목적으로 이와 같은 다양한 補虛藥을 많이 사용한 것으로 보이며 猪腎을 사용한 목적은 '以臟補臟' 의 원칙에 따라 滋補强壯, 益氣補虛하는 효능으로 陰陽氣血을 모두 補하므로 선천적, 후천적으로 부족하거나 허손한 자에게 사용한다[20]는 의미로 볼 수 있다. 腎은 인체의 중요한 장기로서 臟象學에서 腎은 "先天의 精" 을 저장하는 臟腑 陰陽의 根本이고 生命의 根源이므로 "先天의 本" 이라 한다. 腎은 精을 저장하며 생장, 발육, 생식을 주관하고 全身의 수액대사를 주관하는 기능을 가지고 있다[23]. 猪腎은 補腎益陰, 利水, 强腰膝의 작용을 가지고 腎虛諸症, 腎虛耳聾, 腰痛, 遺精早泄, 盜汗, 耳鳴耳聾, 身面浮腫, 小便不利, 産後虛弱에 사용되는[20] 식재로 '以臟補臟' 의 원칙을 적절히 활용한 방법으로 볼 수 있다. 이외의 사용 약재는 解表藥, 活血祛瘀藥 등의 순으로 많이 사용되었는데, 虛症과 함께 수반되는 증상에 따라 배합하여 사용한 것으로 볼 수 있다.

Table 4. Classification of The Herbs for The Postpartum Weakness

효능 (인용빈도)		약재
補虛藥(89)	補氣藥(41)	黃芪(9), 人蔘(8), 甘草(8), 白朮(4), 羊肉(2), 粳米(4), 黃雌鷄(1), 大棗(4), 栗子(1)
	補血藥(33)	當歸(17), 芍藥(11), 熟地黃(5)
	補陰藥(12)	猪腎(5), 麥門冬(2), 鱉甲(2), 桑寄生(2), 百合(1)
	補陽藥(3)	續斷(2), 鹿角膠(1)
解表藥(17)		生薑(10), 葱白(3), 柴胡(1), 荊芥穗(1), 桂枝(1), 香豉(1), 桂心(1)
活血祛瘀藥(14)		川芎(8), 牛膝(2), 桃仁(2), 蒲黃(1), 伏龍肝(1)
收澁藥(7)		牡蠣(3), 五味子(2), 烏梅(2)
利水滲濕藥(6)		白茯苓(5), 木通(1)
溫熱藥(4)		吳茱萸(2), 肉桂(1), 乾薑(1)
理氣藥(4)		陳皮(2), 枳殼(1), 香附子(1)
化瘀止咳藥(3)		前胡(1), 靑竹茹(1), 半夏(1)
淸熱藥(2)		生乾地黃(1), 知母(1)
芳香化濕藥(1)		蒼朮(1)
平肝藥(1)		羚羊角(1)
기타 효능 미분류 약재		桃柳(1), 蟹爪(1)

2. 産後浮腫

① 증상

산후부종이란 출산 후에 몸이 붓는 증상으로 임신부종이 산후에도 消退하지 않는 경우와 산후에 발생한 浮腫을 포함한다[23]. 산후부종은 분만 직후 대다수의 산모가 느끼는 증상으로 가벼운 부종감에서부터 육안으로 보아도 심한 부종과 함요부종(pitting edema)까지 다양한 정도로 나타나며 분만 과정을 통해 발생하는 아랫배 통증, 골반통, 회음부 주변 통증 등과 함께 분만 직후 산모들이 가장 많이 호소하는 증상의 하나이다. 그러나 이러한 분만 직후 겪게 되는 산모들의 불편감에 대해 양방에서는 산후 회복 과정을 통해 자연히 소실되는 증상이라고 여기고 특별한 치료나 처치를 하지 않는다. 산후부종을 예방하는 한방 약선식으로 증상을 많이 개선할 수 있다. 산후부종은 출산 후에 인체가 허약한 틈을 타서 敗血이 五臟으로 들어가 몰려 있다가 經絡을 따라서 四肢로 나와 머물러 있게 되는데 이것이 여러 날 지나도 흩어지지 않으면 변하고 물처럼 되기 때문에 얼굴빛이 누렇게 되면서 팔다리가 붓는 증상이 나타난다[23].

② 약재의 문헌 인용빈도

산후부종에 사용한 약재는 甘草, 白朮, 陳皮, 生薑, 琥珀, 木通, 人蔘 등이 많이 사용되었고 補氣, 理氣, 利水滲濕藥의 순서로 많이 사용되고 있다 (table 5).

③ 약재의 효능분류

약재의 효능으로 보면 補氣藥이 가장 많이 사용되었고, 利水滲濕藥, 理氣藥, 活血祛瘀藥 등의 순서로 사용되었다. 산후부종의 원인을 한의학에서는 七情으로 氣가 鬱滯되거나 脾腎이 虛할 때 발생한다고 하여 주로 경맥의 혈을 잘 돌게 하는 活血祛瘀藥이나 理氣解鬱하거나 補氣利水하는 방법을 사용하기 때문에 補氣藥, 利水滲濕藥, 理氣藥 등을 많이 사용한 것으로 볼 수 있다.

3. 産後通乳

① 증상

産後乳汁不通은 乳汁不下, 乳汁不行이라고도 하며 해산 후에 젖이 잘 돌지 않는 것으로, 출산 후 삼사일이 지나도 젖이 극히 적게 나오거나 나오지 않는 것을 말한다[23]. 産後乳汁不通의 원인은 크게 두 가지가 있는데 하나는 산모의 氣血이 虛해서 젖 생성의 장애가 생겨 나오지 않는 것이고 다른 하나는 肝氣가 鬱結되어 젖이 막힌 것이다[23]. 이때에 치료 방법은 通乳 또는 催乳, 下乳라고 하며 해산한 뒤에 젖이 전혀 나오지 않거나 적게 나오는 데 쓰는 방법으로 氣血을 補하는 방법, 行氣通絡하는 방법이 있다[23].

Table 5. Classification of The Herbs for The Postpartum Edema

약재효능		약재 (인용빈도)
補虛藥(5)	補氣藥(4)	甘草(2), 白朮(2)
	補血藥(1)	當歸(1)
利水滲濕藥(6)		木通(2), 茯苓(1), 燈心(1), 黑豆(1), 茯神(1)
理氣藥(6)		陳皮(3), 香附子(1), 枳實(1), 白芍(1)
活血祛瘀藥(5)		川芎(1), 沒藥(1), 蓬朮(1), 澤蘭(1), 乾漆(1)
解表藥(4)		生薑(1), 紫蘇葉(1), 細辛(1), 桂心(1)
溫裏藥(1)		茴香(1)
安神藥(2)		琥珀(2)
淸熱藥(1)		赤芍藥(1)
化痰止咳平喘藥(1)		半夏(1)
祛風濕藥(1)		防己(1)
消食藥(1)		大麥蘖(1)
開竅藥(1)		麝香(1)

② 약재의 문헌 인용빈도

사용된 약재는 漏蘆가 11회로 가장 많았으며, 通草, 苽蔞, 猪蹄, 石鍾乳, 甘草, 土瓜根(토과근은 주먹참외(Thladiantha dubia Bunge)의 뿌리를 말린 것이다. 괄루근과 혼용되어 쓰이기도 하나 괄루근은 하눌타리(Trichosanthes kirilowii Mscim.)의 뿌리이다. 두 약은 모두 찬 성질로 열을 내리고 어혈을 삭인다.)[2] 등의 순서로 많이 사용되었고, 특히 通乳를 위해 동물성 식재인 猪蹄를 많이 사용한 것이 특징이다.

③ 약재의 효능분류

산후유즙불통을 치료하는 약재를 효능에 따라 분류하였다(table 6). 앞에서 산후유즙불통의 원인이 虛症과 實症 두 가지로 나누었는데 虛症은 氣血을 補하여 젖을 나오게 하는 방법으로 通乳湯이나 通草湯을 주로 쓰고 實症은 肝氣가 울체되어 젖이 붓고 아프면서 나오지 않는 것으로 이때는 肝氣를 풀어주는 방법으로 漏蘆散 등을 사용한다. 사용한 약재를 효능에 따라 살펴보면 利水滲濕藥이 가장 많이 사용되었고, 그 외에는 補虛藥, 活血祛瘀藥, 化痰止咳平喘藥, 淸熱藥 등의 순서로 사용되었다. 동물성 식재인 猪蹄는 補氣血, 潤肌膚, 通乳汁, 托瘡毒의 효능을 가지고 있고 體虛羸瘦, 氣血不足으로 인한 産後乳少, 面皺少華, 癰疽瘡毒 등을 치료하는 것으로 虛症의 산모에게 사용하는 산후식의 재료로 활용할만한 가치가 있다고 생각된다.

한의학에서는 음식을 인체 영양의 주요한 내원이며 인체 생명활동을 유지하는 필요조건이라고 하였는데, 예로부터 음식과 약의 근원이 같다는 '食藥同源' 의 의식에서 출발하고 있다[20]. 한의학의 음식양생 특징은 예방을 위주로 하고 정확한 변증을 요구하며 환자의 상태, 지역, 환경, 계절의 변화에 따라 처방을 달리함에 있다. 한의학 문헌 중 산후관리의 중요성을 처음으로 언급한

Table 6. Classification of The Herbs for The Postpartum Agalactia

약재효능		약재 (인용빈도)
利水滲濕藥(28)		赤茯苓(1), 赤小豆(2), 木通(3), 通草(8), 滑石(2), 瞿麥(2), 澤瀉(1), 葵子(1), 鯉魚(2), 鯽魚(1), 萵苣子(3), 葡萄根(1)
補虛藥 (20)	補氣藥(9)	甘草(5), 人參(1), 糯米(2)
	補血藥(9)	當歸(1), 猪蹄(7)
	補陰藥(2)	麥門冬(1), 烏油麻(1)
活血祛瘀藥(19)		土瓜根(5), 川芎(2), 三稜(1), 穿山甲(2), 王不留行(2), 鬼箭羽(1), 蠐螬(2), 蛇蛻(2)
化痰止咳平喘藥(18)		苽蔞(8), 石鍾乳(8), 桔梗(2)
淸熱藥(18)		漏蘆(11), 白頭翁(1), 石膏(1), 連翹(1), 犀角(1), 赤芍藥(2), 天花粉(1)
解表藥(5)		柴胡(1), 蔥白(2), 白芷(2)
安神藥(1)		龍骨(1)
理氣藥(1)		靑皮(1)
平肝藥(1)		牡蠣(1)
기타 효능 미분류 약재		黍米(1), 野猪脂(1), 猪肪(1)

것은 唐代 孫思邈의「千金方」으로 산후의 관리를 잘 못하면 신체가 강직하고 마치 角弓反張하는 "褥風"이 생긴다고 하였다. 宋代의 「婦人良方大全」[24]에는 "한 달 이내에는 多言, 喜笑, 驚恐, 憂慌, 哭泣, 思慮, 哀怒, 억지로 일어나서 걷기, 오랫동안 앉아있기, 바느질, 힘쓰며 잔일하기 등은 좋지 않다고 하였고, 날것, 찬 것, 질기고 단단한 것, 기름진 생선, 고기 등을 마음대로 먹지 말아야 한다고 하였다. 또한 풍한을 피하지 않고 옷을 벗고 목욕을 하거나 찬물에 빨래를 하면 당시는 크게 나쁜 것을 모르나 한 달 후에는 蓐勞가 생겨서 팔, 다리, 허리, 허벅지가 시큰거리고 무겁고 시리면서 아프고 또한 뼛속까지 바람이 들어오는 것 같은데 이는 유명한 의사라도 치료할 수가 없다"고 하였다. 대체로 출산 후에 주의할 점을 언급하고 있다. 한의학에서는 산욕기 관리 및 산후증 치료에 대해 다양한 측면에서 접근하고 있으며, 대원칙에서부터 세세한 실천사항에 이르기까지 자세한 언급을 하고 있다. 따라서 산후관리나 조리의 보조적인 한방 약선식을 통해 좀 더 건강하고 빠른 회복을 기대할 수 있을 것으로 사료된다.

Ⅴ. 결 론

1. 산후허로에 대한 치료에 사용하는 약재는 當歸가 17회로 가장 많았으며, 그 외에도 芍藥, 黃芪, 人蔘, 川芎, 猪腎 등 주로 補虛藥類인 補血, 補氣, 補陰藥이 많이 사용되었다. 특히 猪腎의 사용이 눈에 띄는데 이는 돼지고기, 양고기 등을 사용하여 단백질을 함께 보충하려는 의도로 생각되고 향후 산모들을 위한 산후 약선식 개발에도 활용할 만한 가치가 있다고 보인다.

2. 산후부종의 치료에 사용하는 약재는 甘草, 白朮, 陳皮, 生薑, 琥珀, 木通 등이 사용되었고, 약재의 효능적 분류에서는 補氣藥, 利水滲濕藥, 理氣藥이 많이 사용되었다. 산후부종을 치료할 때 과격하게 부종을 제거하는 것이 아니라 몸을 보하고 기를 소통하도록 하는 약물을 사용한 것이 특징이라고 하겠다.

3. 産後乳汁不通을 치료하는데 사용된 약물에는 漏蘆가 11회로 가장 많았으며, 通草, 苽蔞, 猪蹄, 石鍾乳, 甘草, 土瓜根 등이 많이 사용되었고, 특히 通乳에 猪蹄를 많이 사용한 것이 특징이다. 약재의 효능적 분류에서는 利尿滲濕藥이 가장 많이 사용되었고, 그 외에는 補虛藥, 活血祛瘀藥, 淸熱藥, 化痰止咳平喘藥 등의 순서로 사용되었다. 産後乳汁不通의 치료에서도 돼지다리 등을 이용하는 처방이「鄕藥集成方」에서는 단방으로,「東醫寶鑑」과「方藥合編」에는 通乳湯이라는 이름으로 사용되었다. 산후유즙불통에 대한 산후식 개발에도 활용할 수 있을 것으로 생각된다.

감사의 글

이 논문은 2011년도 원광대학교 교비 연구비 지원에 의해 수행되었습니다.

참 고 문 헌

1. Association of Korean Gynaecology. Gynaecology of Korean Medicine (1). Seoul:Uiseongdang. 2012 :98-108.
2. Heo JW, Kim SR. A Study on the cognition and Realities of postpartum care. The Journal of Oriental Gynecology. 2001;14(1):409-23.
3. Lee GO, Choi YH. Public health for the guideline of health belief & behavior. Seoul:Sumunsa. 1997:149-81.
4. Shin SJ, Kang SH, Cho HJ, Kim YS, Eun MN, Lee JW et al. The Effect of Oral Administration of Postpartum Tonic Agent(MMQ) on Postpartum Anemia, Obesity and Uterine Involution during Puerperium. Korean J Perinatol. 2003;14(1):22-8.
5. Lee TK. A literary study of the postpartum care. The Journal of Oriental Gynecology. 2001;14(1): 209-28.
6. Jung JJ, Kim DI. A Study on the Cognition of Workers with Postpartum Care Home and Korean Medicine Doctor about Postpartum Care. The Journal of Oriental Gynecology. 2006;19(4):131 -47.
7. Lee YH, Lee TK. Postnatal Management in Western and Oriental Medicine. The Journal of Oriental Gynecology. 2000;13(1):501-17.
8. Bae GM, Cho HS, Lee SH, Lee IS. Literature analysis with the recent trend of researches concerning the postpartum depression and San-hupung. The Journal of Oriental Gynecology. 2009;22(2):172-88.
9. Bae GM, Cho HS, Lee IS. The Review of Post-partum Care Beliefs and Practices According to the Cultures. The Journal of Oriental Gynecology. 2009;22(1):231-42.
10. Uom ES, Lee DN, Lim EM. Clinical Investigation for Various Postpartum Symptoms. The Journal of Oriental Gynecology. 2001;14(1):365-79.
11. Lee EH, Kim TH. Effects of Boheo-tang and Boheo-tang plus *Cervi Pantotrichum Cornu* : on Immune Response in Postpartum mice. The Journal of Oriental Obstetrics & Gynecology. 2009;22(3):25-35.
12. Choi MS, Kim DI. Basic Research to Provide Severity Evaluation Criteria of Postpartum Edema. The Journal of Oriental Obstetrics & Gynecology. 2008;21(4):207-17.
13. Byun SH, Lee CH, Cho JH, Jang JB, Lee KS. A Study on the Difference of Inspection on Sanhupung. The Journal of Oriental Obstetrics & Gynecology. 2006;19(4):148-58.
14. Son YH, Lee IS. A study in relationship between '七情(kiking)' and '産後風(chan hou feng). The Journal of Oriental Gynecology. 2001;14(1):279-93.
15. Cho SH, Kim SB. A Study on the Duration and Character of Lochia In Women Hospitalized at Korean Medical Postpartum Care Center. J Korean Obset Gynecol. 2013;26(3):59-72.
16. Eom DM, Song JC, Keum DS. A Study on Yuyao-yuanfang quoted on Hyangyakjupseong-bang. J. Oriental Medical Classics. 2013;26(2):71-83.
17. M. G. Shin, K. Park, U. J. Maeng. Hyangyak-jipseongbang. Seoul:Yeongnimsa. 1998:1-2142.
18. Heo Jun. Donguibogam. Seoul:Hanmi Medical books. 2001:1-1349.
19. Hwang Doyeon. Bangyakhappyeon. Seoul:Yeo-gang Publish. 2007:11-729.
20. G. Y. Kim, S. H. Park, M. O. Yang, Y. H. Choi. Singnyobonchohak. Seoul:Uiseongdang. 2012:40 -312.
21. B. I. Seo, J. H. Lee, H. Y. Choi, D. R. Kwon, Y. M. Bu. Herbal Medicine. Seoul:Yeongnimsa. 2006:10-1030.
22. http://jisic.kiom.re.kr
23. Committee of Dictionary of Korean Medicine. Dictionary of Korean Medicine. Seoul:Jeongdam. 1998:678, 919, 1204, 1578.
24. Z. M. Chen. The best herbal Formula in Chinese Traditoinal Gynaecology. Beijing:Renminweisheng Publisher. 1992:484-488.