

현대인의 스트레스 해소 명약, 쥐오줌풀 재배방법

안영섭 약용작물과

농촌진흥청 국립원예특작과학원 인삼특작부

약용식물 중에는 뿌리에서 쥐 오줌 냄새와 비슷한 특이한 향이 있어 붙여진 이름의 '쥐오줌풀 (Valeriana fauriei Briquet, 한약재명 길초근)'이라는 식물이 있다. 천연 신경안정제로 효능이 매우 다양하게 밝혀져 있어 유럽, 미국, 호주 등 전세계적으로 차, 음료, 정제, 분말캡슐, 액상류 등 건강식품 원료로 널리 이용한다. 농촌진흥청에서는 2010년부터 2012년까지 3년 동안 '쥐오줌풀'의 대량 번식방법과 직파 또는 육묘이식방법, 심기 적당한 간격과 비료량, 재배적지 등의 재배기술을 개발하여 농가에서 대량생산할 수 있도록 하였다.

'쥐오줌풀' 종자, 바람에 잘 날아 적정시기에 채종, 건조, 저장해야

과거 우리나라에서는 야생에서 자라는 '쥐오줌풀'의 뿌리를 채취하여 국외에 수출한 적도 있다. 하지만 지금까지 재배 및 번식기술이 정립되어 있지 않아 일반적으로 뿌리를 나눠 심는 방법을 이용한다. 그러나 뿌리를 나눠 심는 **분근** 재배 시에는 번식률이 2~5배 정도로 매우 낮아 농가에서 재배를 기피해 왔다. 신경안정제로서 효능이 뛰어난 '쥐오줌풀'은 종자에 의한 파종의 경우 1년생에서는 개화가 되지 않으며, 2년생에서 개화하는데 일반적으로 5월 상순부터 개화가 시작되어 6월 하순까지 집중적으로 꽃이 핀다. 종자가 맺히는 것은 개화가 시작된 이후 약 3주 후부터이다. 6월 상순에 일찍 개화되는 꽃부터 꽃대에 망자루를 씌워서 7월 하순에 **채종**된 망자루를 거두어 **음건**하여 진공포장하거나 냉장고에서 건조한 상태로 저장하여 다음해 봄 파종종자로 사용하면 대량번식이 가능하다.

'쥐오줌풀' 종자는 날개 같은 털이 달려있어서

바람에 잘 날아감으로 망자루를 적정한 시기에 씌워서 채종하지 않으면 종자를 전혀 받을 수가 없다. 또 너무 늦은 시기에 채종하면 발아율이 매우 낮기 때문에 망자루를 씌우는 시기, 채종방법 및 채종시기, 건조, 저장방법 등을 잘 지켜야 한다. 특히 우리나라의 날씨는 8월 상순부터 태풍과 장마가 잦으므로 7월 하순 이내에 수확하지 않으면 채종이 불가능하고 채종을 하더라도 발아율이 극히 나빠지므로 특히 주의한다.

3~5립을 본밭에 바로 심거나 트레이에 묘를 길러 옮겨심기

쥐오줌풀은 이른 봄(3월 하순)에 10a당 잘 부숙된 퇴비 1,000kg과 질소 2.6kg(요소 6kg), 인산 4.5kg(용과린 22.5kg), 칼리 4.3kg(염화加里 7.2kg)을 본밭에 뿌리고 밭을 간 후 80~90cm 정도의 평두둑을 만들고(고랑 폭 30~40cm) 심는 간격을 15cm로 하여 3~5립을 직파한다. 또는 2월 중순부터 3월 하순 사이에 25℃ 정도로 유지되는 묘상의 육묘 트레이에 종자를 파종하여 묘상이 마

르지 않도록 물을 주면서 4월 중순에 본밭에 아주심기하면 된다. 육묘기간이 30일 이상 되어야 본밭에서의 활착율이 좋기 때문에 3월 중순 이전에 묘상에 심는 것이 좋다. 쥐오줌풀의 종자는 발아율이 30~50% 정도이므로 직파 시에는 3~5립의 종자를 심고, 파종 초기에는 토양에 수분이 충분해야 하므로 비 때를 맞추어 파종하거나 건조한 시기에는 파종 후 물을 주어야 한다.

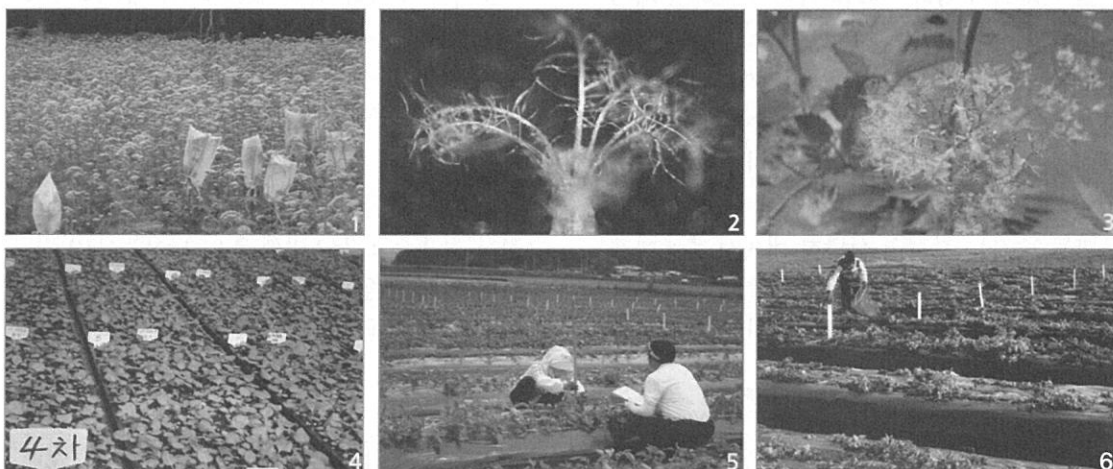
준고랭지가 재배적지, 10월 하순이 수확 적기

본밭에 심을 때의 간격은 **조간** 30cm, **주간** 15cm가 적당하며, 씨 뿌리기 전이나 아주심기 전에 두둑에 흑색 PE필름을 덮은 후 비닐을 뚫어 심으면 잡초방지 및 토양수분 유지가 잘 되어 본밭관리가 쉽다. 주야간의 온도차가 큰 해발 300~500m의 지대에서 재배할 경우 생육과 수량 및 성분함량이 많아 준고랭지가 재배적지이며, 적정 수확 시기는 10월 하순이다. 심은 해에 바로 뿌리 수확이 가능하지만 종자 채종용은 수확하지 않고 월

동시켜 다음해까지 밭에 두면 이듬해 5월부터 개화가 되어 7월에 종자를 채종할 수 있다. 쥐오줌풀은 저온에 매우 강하므로 월동은 노지상태에서 그대로 두어도 동해를 입지 않는다.

뿌리 수확은 쇠스랑을 이용하여 채굴하고 수확하면 되는데, 사질양토에서 재배를 하면 쉽게 수확할 수 있고 뿌리에 상처가 적어 상품성이 높아진다. 쥐오줌풀은 성분을 추출하여 신경안정제의 원료로 이용하는데, 민간에서 사용할 때에는 30도 담금소주 1.8ℓ 에서 소주잔으로 3~4잔 정도를 덜어내고 세척·건조된 쥐오줌풀 뿌리를 1.8ℓ 들이 병이 넘치지 않을 정도로 넣는다. 1개월이 지난 후부터 잠자기 30분~1시간 전에 소주잔으로 1~2잔을 복용하면 숙면을 취할 수 있어 스트레스 해소와 원기를 회복하는데 큰 도움을 받을 수 있다. 상품으로 유통되는 음료나 캡슐 등을 이용해도 되지만 일반 가정에서는 술에 담가 소량을 복용하는 것도 신경안정에 좋은 방법이다. ㉞

〈출처 : 농촌진흥청 농업기술 2013년 5월호〉



1. 쥐오줌풀 개화 상태 및 종자 채종을 위하여 꽃대에 망자를 씌운 광경 / 2. 털이 달린 모양의 쥐오줌풀 종자
3. 쥐오줌풀 종자가 바람에 날리는 상태 / 4. 쥐오줌풀의 묘상 생육 모습 / 5. 쥐오줌풀 본밭 생육 모습 / 6. 쥐오줌풀(길초근) 수확 모습

- 분근(分根) : 하나의 뿌리를 찢어서 여럿으로 나눔, 또는 그 뿌리 / 채종(採種) : 씨앗을 골라서 따는 것
- 음건(陰乾) : 그늘에서 자연환기에 의존해 말리는 것, 그늘말림 / 조간(條間) : 줄 간격 / 주간(株間) : 포기과 포기사이 간격