

『傷寒論』의 粳米 入藥法에 대한 고찰

¹慶熙大學校 韓醫科大學 原典學教室 講師 · ²韓醫學古典研究所 博士後研究員
安鎮熹^{1, 2*}

A Study on the Application of Non-glutinous rice in *Shanghanlun*

Ahn Jin-hee^{1, 2*}

¹Lecturer in the Dept. of Korean Medical Classics, College of Korean Medicine,
Kyung Hee University

²Post-doctoral Researcher at Institute of Oriental Medical Classics

Objectives : To examine various ways non-glutinous rice has been applied in different formulas of 『*Shanghanlun*』 and the relationship between non-glutinous rice and the formulas' effects.

Methods : First, texts that included non-glutinous rice were selected from the 『*Shanghanlun*』. Then, they were categorized according to the application of non-glutinous rice, followed by analysis of its relationship with each formula.

Results : Most formulas that used non-glutinous rice in raw form when decocting with other ingredients included Shigao. Non-glutinous rice alleviates coldness of Shigao as in the case with Taohuatang where it stops diarrhea. Non-glutinous rice used in Wumeiwan warms the center and boosts Qi and helps the medicinal ingredients to bind when made into pellets. In Guizhitang and Lizhongwan, non-glutinous rice assists Stomach Qi. In Shizaotang, porridge is taken after diarrhea to help quick recovery. To prevent damage of Zheng Qi, Baisan can be mixed with rice water for administration. The level of cathartic effect can be managed through giving cold or hot porridge to the patient according to his/her response to the medicine. Mazirenwan, Mulizexiesan, Banxiasan, Sinisan, Wulingsan are mixed in rice water for administration. It makes it easier to swallow than when mixed with plain water. The application of rice flour is either internal or external. In Zhufutang, where rice flour is parched, it harmonizes the center and stops diarrhea. In Daqinglongtang when there is too much perspiration, warm powder is sprinkled on the skin to stop sweating. Clear porridge in Jiuziyisifang and rice flour in Shechuangzisan were exclusive to 『*Jinguiyaolue*』, while Baisan and rice water mixture could only be found in 『*Shanghanlun*』.

Conclusions : The excavation and research on various ways non-glutinous rice was applied in treatment holds certain meaning in contemporary practice of Korean Medicine where treatment leans heavily on medicinal treatment rather than food, and all ingredients are boiled together in large quantities for most decoctions.

Keywords : *Shanghanlun*, non-glutinous rice, food therapy, porridge, rice flour

* Corresponding author : Ahn Jin-hee.

Institute of Oriental Medical Classics, #1 Hoegi-dong, Dongdaemun-gu, Seoul, Korea.

Tel : +82-2-961-9183, Fax : +82-2-961-9229, Email : jini@khu.ac.kr

Received(April 24, 2019), Revised(April 29, 2019), Accepted(April 29, 2019)

I. 序論

『傷寒論』의 處方에는 각종 藥材 외에도 粳米, 赤小豆, 淡豆豉, 鷄子黃, 豬膚, 苦酒, 飴糖 등 우리가 일상생활 속에서 항상 접하는 식재료들도 포함되어 있다. 이 중 粳米는 五穀 중 가장 대표성을 띠고 있는 곡식으로 『素問·藏氣法時論』에서 “毒藥攻邪, 五穀爲養.”¹⁾이라고 하여 穀食이 우리 몸의 正氣를 기르는 역할을 강조하였다. 한편 仲景은 『傷寒論』에서 ‘當和胃氣’²⁾, ‘令胃氣和則愈’³⁾, ‘無犯胃氣’⁴⁾, ‘微和胃氣’⁵⁾, ‘胃氣因和’⁶⁾, ‘知胃氣尙在’⁷⁾라고 하여 胃氣의 중요성을 언급한 바 있다. 胃氣와 많은 연관성을 가지고 있는 粳米는 『傷寒論』 내에서 어떤 한 가지 방식으로 入藥하지 않았고, 飯, 粥, 白飲, 白粉 등 여러 가지 다양한 방식으로 가공하여 치료에 응용하였다.

이와 관련된 선행 연구는 크게 두 가지로 나누어 살펴볼 수 있다. 첫째는 큰 틀에서 張仲景의 食療思想을 살피는 연구가 있었는데⁸⁾, 徐平은 飲食療法과 飲食療法の 중요성 및 그 원류와 특징을 밝혔고, 『傷寒雜病論』에서의 仲景의 食療思想과 구체적인 응용방법을 다루었다. 袁平은 食助藥用, 飲食宜忌, 辨證施食, 合理膳食의 측면에서 『傷寒雜病論』의 食治를 논하였고, 鄒如政 등은 仲景을 飲食療法の 선구자로 평가하면서 食療原則을 飲食有節, 三因制宜,

注意禁忌로 나누어 살폈고, 仲景이 甘溫之品을 선택하여 健脾益肺補腎을 위주로 했음을 밝혔다.

둘째는 개개 식재료 중에서 粳米의 쓰임과 관련된 연구가 있었다⁹⁾. 董旭은 『傷寒論』 方劑 중에서 粥의 형태로 먹는 8개 方劑의 효과를 탐구했고, 徐平은 粳米의 쓰임을 巧用糜粥, 入藥同煎, 白飲和服, 妙用白粉 등 4개의 항목을 나누어 다루었으며, 易峰은 『傷寒論』 方劑 중에서 桂枝湯, 三物白散, 十棗湯, 理中湯의 藥粥并用의 의의를 밝혔고, 王忠鑫은 粳米의 작용이 다만 調和胃氣에 머물러 있음에 문제점을 느끼고 역대 본초서와 방제서를 통해 粳米의 부각되지 않은 藥效를 밝혔다. 周鴻飛는 白虎湯에서 粳米의 쓰임이 藥汁의 粘度를 높여 石膏의 함량을 높이기 위함이라고 이전과 다른 관점을 말하였다.

이에 論者는 『傷寒論』 조문 중 粳米가 들어가는 조문을 선별하고, 粳米를 다른 藥材와 함께 달인 후 걸러서 쓰는지, 가루 내어 쓰는지, 粥으로 먹는지, 丸劑나 散劑 등을 白飲에 타 먹는지 등 여러 가지 入藥 형태를 분류한 뒤 이와 관련된 處方의 내용을 살펴 각 處方 내에서 粳米의 효능을 고찰해 보고자 한다.

II. 本論

『傷寒論』에는 粳米가 飯, 粥, 白飲, 白粉 등 여러 가지 다양한 방식으로 가공되어 치료에 응용되었다. 『傷寒論』 내에서 粳米가 나오는 처방들을 유형별로 살펴보면 다음과 같다.

1. 『傷寒論』 내의 粳米의 서로 다른 入藥 유형에 따른 方劑

1) 與他藥同煎型 方劑¹⁰⁾

- 9) 董旭. 張仲景用粥探析. 河南中醫. 2016. 36. pp.3-4.
徐平. 『傷寒雜病論』中的食療思想及應用方法研究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008. pp.1-149.
易峰. 論 『傷寒論』 藥粥并用的意義. 中醫藥導報. 2010. 16. pp.6-7.
王忠鑫. 粳米在經方中的重要作用. 甘肅中醫學院學報. 2005. pp.42-43.
周鴻飛. 白虎湯煮米熟湯成煎法解析. 中國中醫藥現代遠程教育. 2012. 10. p.56.

- 1) 洪元植. 精校黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.89.
- 2) 文潸典 외 6人. 傷寒論精解. 서울. 慶熙大學校出版局. 2000. p.175.
- 3) 文潸典 외 6人. 傷寒論精解. 서울. 慶熙大學校出版局. 2000. p.177.
- 4) 文潸典 외 6人. 傷寒論精解. 서울. 慶熙大學校出版局. 2000. p.309.
- 5) 文潸典 외 6人. 傷寒論精解. 서울. 慶熙大學校出版局. 2000. p.420.
- 6) 文潸典 외 6人. 傷寒論精解. 서울. 慶熙大學校出版局. 2000. p.461.
- 7) 文潸典 외 6人. 傷寒論精解. 서울. 慶熙大學校出版局. 2000. p.633.
- 8) 徐平. 『傷寒雜病論』中的食療思想及應用方法研究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008. pp.1-149.
袁平. 『傷寒雜病論』 食物療法思想初探. 貴陽中醫學院學報. 1992. 14. pp.4-7.
鄒如政, 李青. 張仲景飲食療法探討. 光明中醫. 2004. 19. pp.14-15.

粳米를 『傷寒論』 處方에서 入藥할 때 다른 藥材들과 함께 넣어 끓여 쌀이 익으면 복용하는 형태로 桃花湯, 白虎湯, 白虎加人參湯, 竹葉石膏湯 등이 있다.

(1) 桃花湯

【原文】桃花湯方：赤石脂(一半全用，一半篩末)一斤，乾薑一兩，粳米一升。右三味，以水七升，煮米令熟，去滓，溫服七合，內赤石脂末方寸匕，日三服。若一服愈，餘勿服。

【譯文】도화탕방：적석지(반은 덩어리로 쓰고 반은 가루로 만들어 체를 쳐서 쓴다) 1근, 건강 1냥, 갱미 1되. 이상의 세 가지 약을 물 7되에 넣고 쌀이 익을 정도로 달인 다음, 찌꺼기를 빼고 7홉씩 따뜻하게 복용하는데, 적석지 가루를 1방촌의 수저를 타서 하루에 3번씩 복용한다. 한번 복용하고 나으면 남은 것은 복용하지 않는다.

【方義】：赤石脂는 溫澁하고 胃大腸으로 들어가 收澁固脫하고 止血止瀉하니 君藥으로 삼는다. 臣藥은 乾薑으로서 溫中하고 佐使는 粳米로 하여 脾胃를 補益한다. 赤石脂의 반은 달여서 溫澁한 氣를 취하고, 반은 가루로 타서 복용하여 腸中에 흡착하도록 함으로써 固澁하는 작용을 강하게 한다.

【粳米의 효능】：補益脾胃¹¹⁾, 止瀉¹²⁾.

(2) 白虎湯

【原文】白虎湯方：知母六兩，石膏(碎)一斤，炙甘草二兩，粳米六合。右四味，以水一斗，煮米熟，湯成，去滓，溫服一升，日三服。

【譯文】백호탕방：지모 6냥, 석고 1근(부순 것), 자감초 2냥, 갱미 6홉. 이상의 네 약을 물 1말

에 넣고 달여서 쌀이 익으면 다 된 것이니, 찌꺼기를 빼고 따뜻하게 1되씩 복용하되 하루에 3번 복용한다.

【方義】：石膏는 辛甘大寒하며 清熱除煩止渴한다. 知母는 苦寒하고 質潤하여 清熱生津한다. 甘草와 粳米는 胃氣를 화평하게 하고, 胃陰을 滋養함으로써 石膏와 知母가 매우 차서 中氣를 상하는 것을 막는다.

【粳米의 효능】：胃氣를 화평하게 하고, 胃陰을 滋養한다¹³⁾. 防止藥物苦寒敗胃, 促進脾胃的運化¹⁴⁾, 甘緩留中, 增加藥物有效成分的懸浮量¹⁵⁾.

(3) 白虎加人參湯

【原文】白虎加人參湯方：知母六兩，石膏(碎)一斤，炙甘草二兩，粳米六合，人參三兩。右五味，以水一斗，煮米熟，湯成，去滓，溫服一升，日三服。

【譯文】백호가인삼탕방：지모 6냥, 석고 1근(부순 것), 자감초 2냥, 갱미 6홉, 인삼 3냥. 앞의 다섯 가지 약을 물 1말에 넣고 달여서 쌀이 익으면 다 된 것이니, 찌꺼기를 빼고 따뜻하게 1되씩 복용하되 하루에 3번 복용한다.

【方義】：白虎加人參湯은 清熱하면서 益氣生津하는 약이다. 白虎湯은 辛寒한 약으로 清熱하고, 人參을 넣어 益氣生津하니, 열이 치성하여 氣津이 상하는 경우에 좋은 처방이 된다.

【粳米의 효능】：胃를 도와 津액이 잘 생기도록 하여 煩渴을 멎게 한다¹⁶⁾. 補益中氣, 保護胃氣, 防寒涼傷胃¹⁷⁾.

(4) 竹葉石膏湯

【原文】竹葉石膏湯方：竹葉二把，石膏一斤，半夏(洗)半升·粳米各半升，人參三兩，甘草(炙)二兩，麥

10) 『傷寒論』 내의 粳米의 서로 다른 入藥 유형에 따른 方劑는 기존 연구 중 徐平이 정리한 표를 참고하였으며, 유형별로 나뉘지는 ~型 方劑는 上記 논문을 바탕으로 論者가 만들었음을 밝혀둔다.

11) 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文化社. 2006. pp.649-653. 處方原文과 譯文과 方義와 粳米의 효능은 상한론용어사전을 인용하였으나, 부분적으로 論者의 생각에 의해 다르게 번역한 부분도 있음을 밝혀 둔다. 또한 粳米의 효능은 상한론용어사전 이외에도 이와 관련한 논문을 참고하여 기재하였음을 밝혀둔다.

12) 王忠鑫. 粳米在經方中的重要作用. 甘肅中醫學院學報. 2005. pp.42-43.

13) 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文化社. 2006. pp.691-694.

14) 董旭. 張仲景用粥探析. 河南中醫. 2016. 36. pp.3-4.

15) 徐平. 『傷寒雜病論』 中的食療思想及應用方法研究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008. pp.1-149.

16) 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文化社. 2006. pp.689-691.

17) 徐平. 『傷寒雜病論』 中的食療思想及應用方法研究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008. pp.1-149.

門冬(去心)一升. 右七味, 以水一斗, 煮取六升, 去滓, 內粳米, 煮米熟, 湯成去米, 溫服一升, 日三服.

【譯文】 죽엽석고탕방 : 죽엽 2줌, 석고 1근, 반하(씻은 것)·갯미 각각 반되, 인삼 3냥, 자감초 2냥, 맥문동(심을 제거한 것) 1되. 앞의 7가지 약을 물 1말에 넣고 달여서 6되로 줄인 다음, 쌀을 넣고 달여 쌀이 익으면 약이 다 된 것이니, 쌀을 빼내고 따뜻하게 1되씩 하루 3번씩 복용한다.

【方義】 : 白虎加人參湯에서 知母를 빼고 竹葉·麥門冬·半夏를 넣어서 만든 것이다. 白虎加人參湯은 清熱益氣生津하고, 淡竹葉을 넣어서 清熱除煩한다. 아직 남은 열이 있되 기체는 차성하지 않으니, 知母를 빼고 石膏와 竹葉을 같이 써서 肺胃의 熱邪를 내려준다. 人參·炙甘草은 益氣生津하고, 半夏는 和胃降逆止嘔하며, 麥門冬과 粳米는 滋陰養胃한다. 전체적으로는 滋陰清熱하고 益氣和胃한다.

【粳米의 효능】 : 益氣和胃¹⁸⁾, 補中益氣養胃¹⁹⁾.

2) 飯熟作丸型 方劑

粳米를 『傷寒論』處方에서 入藥할 때 粳米를 썬서 익혀 밥으로 만든 뒤에 丸藥으로 만들어 복용하는 형태로 烏梅丸이 있다.

(1) 烏梅丸

【原文】 烏梅丸方 : 烏梅三百枚, 細辛·桂枝·人參·黃柏·附子(炮, 去皮) 各六兩, 乾薑十兩, 黃連一斤, 當歸·蜀椒(出子) 各四兩. 右十味, 異搗篩, 合治之, 以苦酒漬烏梅一宿, 去核, 蒸之五升米下, 飯熟搗成泥, 和藥令相得, 內臼中, 與蜜杵二千下, 丸如梧, 梧子大, 先食飲服十圓, 日三服, 稍加至二十圓, 禁生冷滑物臭食等.

【譯文】 오매환방 : 오매 3백알, 세신·계지·인삼·황백·부자(종이에 싸서 구운 다음 껍질을 벗긴 것) 각각 6냥, 건강 10냥, 황련 1근, 당귀·촉초(씨를 털어낸 것) 각각 4냥. 이상의 10가지 약을 각각 썰어서 체로 친 다음 합친다. 식소에 오매를 하룻밤 담가두었다가 핵을 빼내고 5되의 쌀에 버무려 쥌 다

음 밥이 익으면 썰어서 반죽을 만들고 약가루를 서로 섞어서 반죽한다. 절구에 넣고 꿀을 넣으면서 2천 번 썰어서 오동나무열매처럼 둥글고 그만한 크기만큼이 되도록 환을 만든다. 식전에 10알을 복용하는데 하루에 3번 복용한다. 점차 늘여서 20알까지 되도록 한다. 생것·찬 것·기름기 많은 음식·냄새나는 음식 등을 피한다.

【方義】 : 烏梅는 養肝斂陰하고 安蛔止痛시키는 君藥으로 쓰인다. 細辛·乾薑·附子·蜀椒는 辛熱하므로 溫中散寒, 殺蟲去蛔하고, 黃連·黃柏은 清熱燥濕하고 驅蟲下蛔하는 臣藥으로 쓰이며, 人參은 補脾益胃하고, 當歸는 養血柔肝하니 佐使藥으로 쓴다. 祛邪와 함께 扶正하므로 調和肝胃하고 安蛔止痛하는 약이 된다.

【粳米의 효능】 : 資其穀氣²⁰⁾, 與烏梅相伍, 酸甘化陰, 養胃和中²¹⁾.

3) 服藥後啜粥型 方劑

粳米를 『傷寒論』處方에서 入藥할 때 湯藥을服用한 뒤에 사후 조치로 粥을 만들어 복용하는 형태로 桂枝湯, 理中丸, 十棗湯 등이 있다.

(1) 桂枝湯

【原文】 桂枝湯方 : 桂枝(去皮)·芍藥·生薑(切) 各三兩, 甘草(炙)二兩, 大棗(擘)十二枚. 右五味, 咬咀, 以水七升, 微火煮取三升, 去滓, 適寒溫服一升, 服已, 須臾飲熱稀粥一升餘, 以助藥力, 溫覆令一時許, 遍身絳絳微似有汗者益佳, 不可令如水流漓, 病必不除. 若一服汗出病差, 停後服, 不必盡劑. 若不汗, 更服依前法. 又不汗, 後服小促其間, 半日許令三服盡. 若病重者, 一日一夜服, 周時觀之, 服一劑盡, 病證猶在者, 更作服. 若汗不出, 乃服至二三劑. 禁生冷粘滑肉麪五辛酒酪臭惡等物.

【譯文】 계지탕방 : 계지(껍질을 벗긴 것)·작약·생강(썰은 것) 각각 3냥, 감초(볶은 것) 2냥, 대추(조갯 것) 12알. 이상의 5가지 약을 썰어서 물 7되에 넣고 약한 불로 달여 3되가 되도록 줄인 다음, 찌꺼

18) 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文化社. 2006. pp.785-787.

19) 徐平. 『傷寒雜病論』中的食療思想及應用方法研究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008. pp.1-149.

20) 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文化社. 2006. pp.750-753.

21) 徐平. 『傷寒雜病論』中的食療思想及應用方法研究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008. pp.1-149.

기를 빼고 온도를 적당히 하여 1되를 복용한다. 복용하고 나서는 얼른 뜨거운 물은 죽 1되쯤을 먹어 약의 힘을 돋우고, 따뜻하게 이불을 2시간 정도 덮고서 온몸에 가랑비 젖듯이 땀이 나면 더욱 좋다. 물이 흐르듯이 나게 해서는 안되니, 병이 반드시 낫지 않게 된다. 한번 복용한 다음 땀이 나면서 병이 나오면 복용을 중지할 것이며, 반드시 다 먹을 필요는 없다. 땀이 안나면 다시 이전과 같은 방법으로 복용한다. 1계를 다 먹었으나 병증이 여전히 남아있으면 다시 약을 지어 복용한다. 땀이 나지 않으면 2·3번이라도 복용한다. 날것이나 차가운 것, 기름진 것, 고기, 면류, 매운 것, 술, 유제품, 냄새가 심한 음식을 금한다.

【方義】：桂枝는 衛陽을 溫通하고, 芍藥은 益陰和營하며, 生薑은 降逆止嘔하고, 大棗는 益脾和胃하며, 炙甘草는 補中益氣한다. 전체적으로는 解肌祛風하고 調和營衛하므로 太陽中風을 主治한다.

【粳米의 효능】：助胃氣, 助藥力²²⁾, 借穀氣以補充汗源, 借助熱粥의 熱力助胃陽²³⁾²⁴⁾.

(2) 理中丸

【原文】理中丸方：人參·甘草(炙)·白朮·乾薑已上各三兩. 右四味, 搗篩, 爲末, 蜜和丸, 如鷄黃大, 以沸湯數合, 和一丸, 研碎, 溫服之, 日三四夜二服. 腹中未熱, 益至三四丸, 然不及湯. 湯法, 以四物依兩數切, 用水八升, 煮取三升, 去滓, 溫服一升, 日三服. …中略…, 服湯後, 如食頃, 飲熱粥一升許, 微自溫, 勿發揭衣被.

【譯文】이중환방：인삼·감초(볶은 것)·백출·건강 각각 3냥. 이상의 4가지 약을 찧어서 체로 쳐서 가루로 만든 다음 꿀에 반죽하여 계란 노른자만하게 환을 만든다. 끓인 물 여러 홑에 1환을 잘게 갈아타서 따뜻하게 복용한다. 낮에 3·4번, 밤에는 2번 복용한다. 뱃속이 따뜻해지지 않으면 3·4환까지 늘일

수 있지만, 탕약으로 복용시키는 바에 미치지 못한 다. 전탕법은 네가지 약을 분량대로 썰어서 물 8되에 넣고 달여 3되로 졸인 다음 찌꺼기를 빼고 1되씩 따뜻하게 복용하며 낮에 3번 복용한다. …中略…, 약을 복용한 다음에 한 식경이 지난 다음 뜨거운 죽을 1되 정도 먹고, 약간 따뜻해지더라도 옷을 벗거나 이불을 걷어서는 안된다.

【方義】：人參·炙甘草는 益氣補中하고, 乾薑은 溫中散寒하며, 白朮은 健脾燥濕하여 전체적으로는 溫中祛寒, 健脾燥濕의 효능이 있다. 脾胃가 虛寒하여 中焦가 升降이 잘 되지 않는 경우에 外感과 內傷을 막론하고 모두 쓸 수 있다.

【粳米의 효능】：助胃氣, 溫中焦²⁵⁾, 培脾土, 健運化, 除寒濕, 溫養中氣²⁶⁾, 助藥溫運脾陽²⁷⁾.

(3) 十棗湯

【原文】十棗湯方：芫花(熬)·甘遂·大戟, 大棗(擘)十枚. 右三味, 等分, 各別搗爲散, 以水一升半, 先煮大棗肥者十枚, 取八合, 去滓. 內藥末, 強人服一錢匕, 羸人服半錢, 溫服之, 平旦服. 若下少, 病不除者, 明日更服, 加半錢, 得快下利後, 糜粥自養.

【譯文】십조탕방：원화(볶은 것)·감수·대극, 대추(조갯 것) 10알. 이상의 3가지 약을 같은 양으로 해서 각각 따로 찧어서 가루로 만든다. 물 1되반에 우선 살이 오른 대추 10개를 넣고 달여서 8홑으로 졸인 다음, 찌꺼기를 걸러내고 약가루를 넣는다. 튼튼한 사람은 1돈 숟가락으로 복용하고, 허약한 사람은 반돈만 따뜻하게 복용하되 새벽 3-5시에 복용한다. 만약 약간 설사하면 병이 다 없어지지 않은 것이니, 다음날 다시 복용하되 반돈을 더 늘인다. 시원하게 설사시킨 다음에 문개 죽으로 속을 달린다.

【方義】：芫花·甘遂·大戟은 모두 峻下逐水하는 약이므로 세 약을 같이 쓰면 약의 힘이 더욱 맹렬해진다. 그래서 살진 대추를 달인 물에 타서 복용하는

22) 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文化社. 2006. pp.615-621.

23) 徐平. 『傷寒雜病論』中的食療思想及應用方法研究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008. pp.1-149.

24) 易峰. 論『傷寒論』藥粥并用法的意義. 中醫藥導報. 2010. 16. pp.6-7.

25) 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文化社. 2006. pp.653-655.

26) 易峰. 論『傷寒論』藥粥并用法的意義. 中醫藥導報. 2010. 16. pp.6-7.

27) 徐平. 『傷寒雜病論』中的食療思想及應用方法研究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008. pp.1-149.

방법을 써서 胃氣를 보호하고 독성을 완화시킴으로써 邪氣는 몰아내더라도 正氣는 상하지 않도록 하려는 것이다.

【梗米의 효능】：糜粥自養²⁸⁾, 固護正氣²⁹⁾, 養胃, 防峻劑傷正³⁰⁾.

4) 白飲和服과 服藥後噉粥方劑

梗米를 『傷寒論』處方에서 入藥할 때 散劑를 白飲에 타서 服用한 후 나타나는 반응을 보고 粥을 먹어 사후 조치하는 형태로 白散이 있다.

(1) 白散

【原文】白散方：桔梗·貝母 各三分，巴豆(去皮心，熬黑，研如脂)一分。右件三味爲末，內巴豆，更於白中杵之。以白飲和服。強人半錢，羸者減之。病在膈上必吐，在膈下必利。不利，進熱粥一杯，利過不止，進冷粥一杯。身熱，皮粟不解，欲引衣自覆者，若水以澀之洗之，益令熱劫不得出，當汗而不汗則煩。假令汗出已，腹中痛，與芍藥三兩如上法。

【譯文】백산방：길경·패모 각각 3푼, 파두(껍질과 심을 제거하고 거뭇게 되도록 볶아서 곱게 간다) 1푼. 이상의 세 약을 가루로 만드는데, 파두를 절구에 넣고 찼어서 白飲에 타서 복용한다. 튼튼한 사람은 반 돈을 쓰고, 허약한 사람은 줄여서 쓴다. 병이 횡격막 위에 있으면 반드시 토할 것이고, 횡격막 아래에 있으면 반드시 설사할 것이다. 설사하지 않으면 뜨거운 죽 1사발을 먹이고, 설사가 과해서 그치지 않으면 식은 죽 1사발을 먹인다. 몸에 열이 나고도 답살이 오른 것이 가라앉지 않고, 옷을 추켜서 몸을 덮으려는 경우에 물을 뿌려서 씻어내게 되면 열이 더욱 움츠러들어 나가지 못하므로 발한시켜야 할 것을 그러지 못한 것이니 煩이 생긴다. 가령 땀은 났는데, 배가 아프면 작약 3냥을 이전의 전탕법과 같이 하여 복용한다.

【方義】：巴豆는 辛熱하고 독이 있으며, 寒水를 攻逐하고, 冷積을 瀉下하며, 膈인 것을 부수므로 君

藥이 되고, 貝母는 解鬱, 開結, 祛痰하며, 桔梗은 肺氣를 뚫어서 升提시키므로 肺氣가 멎친 것을 풀어 주고 痰을 없애준다. 또한 약기운을 상부로 끌어올려서 작용하게 하여 水飲의 邪氣가 나가도록 도운다. 본방은 약성이 맹렬하고 吐下시키므로 胃氣를 상하기 쉬워 白飲에 타서 복용하여 胃氣를 화평하게 함으로써 巴豆의 毒氣를 제압한다. 환자의 반응을 보고 粥의 온도를 적절하게 맞추어 조절하니, 수곡으로 胃氣를 보전하고 진액을 보존할 수 있다.

【梗米의 효능】：保全胃氣, 保存津液³¹⁾, 防止耗傷正氣³²⁾, 使藥性留連于胃, 又能監制巴豆之毒性³³⁾, 藥後進粥, 增強或抑制藥力³⁴⁾.

5) 白飲和服型 方劑

梗米를 『傷寒論』處方에서 入藥할 때 丸劑나 散劑를 白飲에 타서 服用하는 형태로 麻子仁丸, 牡蠣澤瀉散, 半夏散, 四逆散, 五苓散 등이 있다.

(1) 麻子仁丸

【原文】麻子仁丸方：麻子仁二升，芍藥·枳實(炙)各半斤，大黃(去皮)一斤，厚朴(炙，去皮)·杏仁(去皮尖，熬，別作脂)各一斤。右六味，爲末，煉蜜爲丸，桐子大，飲服十丸，日三服，漸加，以和爲度。

【譯文】마자인환방：마자인 2되, 작약·지실(볶은 것) 각각 반근, 대황(껍질을 벗긴 것)·후박(껍질을 벗기고 볶은 것)·행인(껍질을 벗기고 끝부분을 떼어낸 후 따로 볶아서 기름이 베어나오게 한다) 각각 1근. 이상의 6가지 약을 가루로 만들어 연밀로 반죽하여 오동나무씨만하게 환을 만들고, 白飲에 10환씩 복용하고 낮에 3번 복용한다. 점차 늘여가며 복용하는데 나을 때까지 한다.

【方義】：麻子仁은 潤腸通便하므로 君藥으로 쓴다. 杏仁은 潤腸하면서 肺氣를 宣肅하여 表裏가 두루 통하고 腑氣가 원활해지게 된다. 芍藥은 養陰하

31) 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文化社. 2006. pp.684-686.
32) 董旭. 張仲景用粥探析. 河南中醫. 2016. 36. pp.3-4.
33) 易峰. 論『傷寒論』藥粥并用法的意義. 中醫藥導報. 2010. 16. pp.6-7.
34) 徐平. 『傷寒雜病論』中的食療思想及應用方法研究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008. pp.1-149.

28) 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文化社. 2006. pp.746-748.
29) 董旭. 張仲景用粥探析. 河南中醫. 2016. 36. pp.3-4.
30) 徐平. 『傷寒雜病論』中的食療思想及應用方法研究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008. pp.1-149.

여 진액을 길러줌으로써 和裏緩急한다. 煉蜜은 潤腸通便한다³⁵⁾.

【粳米의 효능】：利于丸劑吞服，養胃和中，防藥丸傷胃³⁶⁾

(2) 牡蠣澤瀉散

【原文】牡蠣(熬)·澤瀉·栝樓根·蜀漆(洗，去殼)·葶藶(熬)·商陸根(熬)·海藻(洗，去鹹) 已上 各等分。右七味，異搗，下篩爲散。更入白中治之，白飲和服方寸匕。小便利，止後服，日三服。

【譯文】모려택사산방：모려(볶은 것)·택사·괄루근·촉질(씻어서 껍질 벗긴 것)·정력(볶은 것)·상륙근(볶은 것)·해조(씻어서 소금기를 뺀 것) 이상 각각 같은 양. 이상의 7가지 약을 따로 찌어서 체로 쳐 가루 낸 다음 다시 걸구에 넣고 같이 白飲에 1방촌의 수저를 타서 복용한다. 小便이 잘 나오면 더 이상 복용하지 않는다. 하루에 3번 복용한다.

【方義】：下焦에 濕熱이 응체되어 水氣가 잘 돌지 않아 水腫이 생긴 경우에 쓴다. 君藥은 牡蠣로서 鹹寒하여 腎으로 들어가며 軟堅散結하여 水氣를 돌려준다. 澤瀉는 甘寒하고 腎膀胱으로 들어가 利水滲濕하며 泄熱한다. 葶藶子는 辛苦大寒하여 肺膀胱으로 들어가 下氣行水한다. 商陸根은 苦寒하여 肺脾腎으로 들어가 小便을 통하게 하여 水氣를 돌려준다. 蜀漆은 祛痰軟堅하여 痰水가 멎진 것을 뚫어 준다. 海藻는 鹹寒하고 十二水를 내린다. 利水を 과하게 하여 진액을 상하게 할까봐 栝樓根을 넣는데 甘寒하며 生津하여 水源을 滋養함으로써 水氣는 없어지더라도 진액은 상하지 않도록 한다. 본방은 散劑로 사용하고 湯劑로 쓰지 않는데, 商陸根을 달이면 독성이 심해지기 때문이다. 白飲에 타서 먹는 것은 胃氣를 보호하기 위해서이며, 小便이 잘 나오면 더 복용하지 않는 것은 본방의 利水하는 효능이 강하기 때문이다.

【粳米의 효능】：保護胃氣³⁷⁾，顧護脾胃，可防葶

歷商陸利水太過而復傷正氣³⁸⁾.

(3) 半夏散

【原文】半夏(洗)·桂枝(去皮)·甘草(炙) 已上各等分。已上三味，各別搗篩已，合治之，白飲和服方寸匕，日三服。若不能服散者，以水一升，煎七沸，內散兩方寸匕。更煮三沸，下火令小冷，少少嚙之。

【譯文】반하산방：반하(씻은 것)·계지(껍질 벗긴 것)·자감초(볶은 것) 각각 등분. 이상의 3가지 약을 따로 찌어서 체로 친 다음 합하여서 쓰는데, 白飲에 1방촌의 수저를 타서 하루에 3번씩 복용한다. 만약 散으로 먹지 못할 경우에는 물 1되를 7번쯤 끓여오르게 한 다음에 약가루 2방촌의 수저를 넣고 다시 3번 끓도록 한다. 불에서 내려서 약간 식으면 조금씩 목구멍으로 넘긴다.

【方義】：桂枝는 散寒通陽하고, 半夏는 滌痰開結하며, 甘草는 和中하면서 緩急止痛한다. 白飲에 타서 복용함으로써 胃津을 보존하고 桂枝·半夏와 같이 辛燥한 약으로 陰液이 상하지 않게 한다.

【粳米의 효능】：保存胃津³⁹⁾，緩半夏桂枝之辛燥⁴⁰⁾.

(4) 四逆散

【原文】四逆散方：甘草(炙)，枳實(破，水漬，炙乾)，柴胡，芍藥。右四味，各十分，搗篩，白飲和服方寸匕，日三服。

【譯文】사역산방：감초(볶은 것)·지실(쪼개서 물에 담갔다가 볶아서 말린 것)·시호·작약. 이상의 네 약을 각각 10푼씩 찌어서 체로 친 다음, 白飲에 1방촌의 수저를 타서 복용하되, 하루에 3번 먹는다.

【方義】：柴胡는 疏肝解鬱하고, 枳實은 行氣散結하며, 芍藥은 和營하면서 肝脾를 調和시키고, 甘草는 緩急和中한다. 전체적으로는 氣機를 잘 돌게 하

pp.673-675.

38) 徐平. 『傷寒雜病論』中的食療思想及應用方法研究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008. pp.1-149.

39) 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文化社. 2006. pp.681-682.

40) 徐平. 『傷寒雜病論』中的食療思想及應用方法研究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008. pp.1-149.

35) 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文化社. 2006. pp.653-655.

36) 徐平. 『傷寒雜病論』中的食療思想及應用方法研究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008. pp.1-149.

37) 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文化社. 2006.

고 울체된 陽氣를 透達케 함으로써 肝氣를 調達케 하고, 울체된 陽氣가 퍼지게 되고 肝脾가 조화롭게 되니, 손발이 싸늘한 것이 낫고, 배가 아프고 설사가 나고 무지근한 것이 멎게 된다⁴¹⁾.

【梗米의 효능】：利于散劑吞服，養胃和中，防藥散傷胃⁴²⁾.

(5) 五苓散

【原文】五苓散方：茯苓·猪苓(去皮)·白朮 各十八銖，澤瀉一兩六銖，桂(去皮)半兩。右五味，爲末，以白飲和服方寸匕，日三服。多飲煖水，汗出愈。

【譯文】오령산방：저령(겉질을 벗긴 것)·복령·백출 각각 18수, 택사 1냥6수, 계지(겉질을 벗긴 것) 반냥. 이상의 5가지 약을 가루로 만들어 白飲에 1방촌의 수저를 타서 하루 3회 복용한다. 따뜻한 물을 많이 마셔서 땀이 나면 낫게 된다.

【方義】：처방구성에 있어서 猪苓·澤瀉는 滲濕利水하고, 茯苓·白朮은 健脾利水하며, 桂枝는 通陽化氣하며 解表를 겸한다. 茯苓·白朮·澤瀉는 桂枝로 통하게 하여 이끌어주면 利水시키는 힘이 강해지고, 桂枝는 茯苓·白朮·澤瀉의 滲利하는 바에 의해 化氣하는 힘이 빨라진다. 복약법에서 白飲에 타서 먹거나 따뜻한 물을 많이 마시라고 하였는데, 藥力을 도와서 發汗驅邪하면 땀이 나면서 땀구멍이 트이고, 利水가 되면 氣化도 잘 되어서 表裏의 氣機가 원활해지니, 病邪가 안팎에서 모두 없어진다.

【梗米의 효능】：助藥力⁴³⁾, 利于散劑吞服，養胃和中，防藥散傷胃⁴⁴⁾.

6) 內服式 白粉型 方劑

梗米를 『傷寒論』處方에서 入藥할 때 白粉을 볶은 후 煉蜜과 함께 달인 약에 넣어 服用하는 형태로 猪膚湯이 있다.

(1) 猪膚湯

【原文】猪膚湯方：猪膚一斤。右一味，以水一斗，煮取五升，去滓，加白蜜一升，白粉五合，熬香，和令相得，温分六服。

【譯文】저부탕방：돼지 껍질 1근. 이상의 한가지 약을 물 1말에 넣고 달여 5되로 줄여서 찌꺼기를 거른 다음, 연밀 1되를 더하되 쌀가루 5홉을 넣고 향이 날 때까지 볶은 것과 잘 타서 섞이도록 하여 따뜻하게 6번으로 나누어 복용한다.

【方義】：猪膚湯은 돼지 껍질에 煉蜜과 볶은 쌀가루를 넣어 만든 것이다. 猪膚는 안쪽의 두툼한 육질을 뺀 돼지 껍질을 말한다. 鹹寒하여 腎으로 들어가 腎水를 자양하고, 清熱潤燥한다. 煉蜜은 甘寒하여 潤肺하고 虛火가 오를 것을 내려서 목구멍이 잘 통하도록 한다. 쌀가루는 甘緩하여 和中하고, 土氣를 복돋아 설사를 멎게 한다. 전체적으로는 滋陰潤肺補脾하므로 陰虛로 인해 火가 上炎하여 목구멍이 아픈 경우를 잘 치료한다.

【梗米의 효능】：甘緩和中，培土止瀉⁴⁵⁾, 和胃補脾，可補下利之虛⁴⁶⁾.

7) 外治式 白粉型 方劑

梗米를 『傷寒論』處方에서 入藥할 때 白粉을 內服하는 것이 아니라 汗出過多할 때 皮膚에 두드려주는 형태로 大靑龍湯이 있다.

(1) 大靑龍湯

【原文】大靑龍湯方：麻黃(去節)六兩，桂枝(去皮)·甘草(炙)各二兩，杏仁(去皮尖)四十枚，生薑(切)三兩，大棗(擘)十二枚，石膏(如鷄子大，碎)。右七味，以水九升，先煮麻黃，減二升，去上沫，內諸藥，煮取三升，去滓，温服一升，取微似汗。汗出多者，温粉撲之。一服汗者，停後服。若復服，汗多亡陽，遂虛，惡風煩躁，不得眠也。

【譯文】대청룡탕방：마황(마디를 제거한 것) 6냥, 계지(겉질을 벗긴 것)·감초(볶은 것) 각각 2냥, 행인(겉질과 끝부분을 제거한 것) 40알, 생강(썰은

41) 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文化社. 2006. pp.709-712.
42) 徐平. 『傷寒雜病論』中的食療思想及應用方法研究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008. pp.1-149.
43) 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文化社. 2006. pp.748-750.
44) 徐平. 『傷寒雜病論』中的食療思想及應用方法研究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008. pp.1-149.

45) 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文化社. 2006. pp.777-779.
46) 徐平. 『傷寒雜病論』中的食療思想及應用方法研究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008. pp.1-149.

것) 3냥, 대추 12알, 석고(계란만한 것을 부순 것). 이상의 7가지 약에서 물 9되에 먼저 마황을 달여서 2되를 졸인 다음 위에 뜬 거품을 제거한다. 나머지 약을 넣고 3되가 되도록 졸여서 찌꺼기를 버리고 따뜻하게 1되를 복용하여 약간 땀이 나는 듯하게 한다. 땀이 많이 나면 온분을 뿌려서 툭툭 쳐준다. 땀을 많이 내서 양기가 탈진되면 결국 허해져서 찬 바람을 타며 가슴이 답답하고, 다리를 가만두지 못하여 잠을 이루지 못하게 된다.

【方義】: 본방은 麻黃湯에 麻黃을 2배로 하고, 杏仁의 양을 줄인 다음, 石膏·生薑·大棗를 넣어 만들었다. 發汗시키는 힘이 강한 것이 다른 처방에 비해 특징적이다. 太陽傷寒으로 外寒으로 움츠러 들어 양기가 울체되어 열이 생기므로 땀이 나지 않으면서 煩躁해진다. 반드시 빨리 발한시켜서 움츠러든 바를 풀어주는 것이 급선무이다. 외부가 막힌 것이 풀리면 내부의 열은 나갈 길이 생기니, 이것이 立方의 요지이다. 辛溫한 약을 강하게 쓰는 것 이외에도 石膏와 같이 辛寒한 약을 넣어 內熱을 내려줌으로써 宣發한다. 발한은 심하게 시킬 것이 아니니 炙甘草·大棗를 써서 中焦를 調理함으로써 땀의 근원을 도와 주면 뒤탈이 없다. 杏仁을 줄이는 것은 喘證이 없으면서 麻黃을 강하게 써서 宣肺하는 힘이 강하기에 그런 것이다. 땀이 많이 나는 경우에는 濇粉으로 두드린다고 하니, 邪氣가 풀리면서도 정기는 상하게 하지 않도록 하려는 것이다. 그렇지 않으면 땀이 많이 나서 망양증이 되어 虛해지므로, 惡風이나 煩躁不得眠이 생긴다고 하였다.

【粳米의 효능】: 止汗, 解邪, 不傷正氣⁴⁷⁾.

2. 本草書⁴⁸⁾에 기재된 粳米

47) 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文化社. 2006. pp.637-641.

48) 粳米에 관한 性味와 主治는 食治를 주요 주제로 삼아 정리하고 있는 『食療本草』가 본 논문에 적합하다고 생각하여 선정하였으며, 『本草綱目』은 이전 시대 本草學 성과들을 계승한 本草學적 서적이므로 선정하였고, 『本草述』은 『本草綱目』의 분류 순서를 따르되 여러 학설을 精選하고, 이론과 임상면에서 상당한 참고 가치가 있기에 선정하였으며, 『本草述鈎元』은 『本草述』을 추려 개편한 책으로 덜 중요한 부분을 삭제하고, 새로이 분석 정리하였으므로 선

1) 『食療本草』에 나오는 粳米

『食療本草』는 唐나라 때 孟詵이 편찬한 의서로 전 3권으로 되어 있고, 食物로써 병을 고칠 수 있는 것들에 대해서 설명한 전문서다. 原書는 전하지 않으나, 書目이 『舊唐書·藝文志』에 실려 있고, 『證類本草』와 『醫心方』 등의 책에 부분적으로 그 내용이 보인다. 1907년에 敦煌에서 唐人寫本의 殘卷이 발견되었고, 1925년 中國東方學會에서 그 내용을 초록하여 출판하였다⁴⁹⁾.

【性味主治】平. 止煩泄, 溫中益氣, 補下元. 倉粳米: 炊作乾飯食之, 止痢. 又補中益氣, 堅筋骨, 通血脈, 起陽道. 白粳米汁: 主心痛, 止渴, 斷熱毒痢⁵⁰⁾.

2) 『本草綱目』에 나오는 粳米

『本草綱目』은 明나라 때 李時珍이 1590년에 편찬하여 간행된 本草학서로 전 52권으로 되어 있다. 이 책은 作者가 계승하고 총결한 明나라 이전의 本草學 성과의 기초 위에, 광범위하게 약초 재배인, 민간 의사, 수렵인, 어민 등을 찾아 학습하고, 누적된 대량의 本草學 지식을 취재하며, 각 類의 저작 800여 종을 참고하고, 장기간 힘들여 실천하고 연구하여, 수십 년에 걸쳐 편성한 1집의 本草학 巨作이다. 제1, 2권은 각 학자의 本草學 序例를 집록하고, 제3, 4권은 증후를 위주로 所用되는 약물을 분술하였으며, 제5권 이후는 약물을 天水類, 地下水類, 火類, 土類 등 62류로 나누어, 약물 1892종을 수록하였는데, 그 중 새로 첨가한 것이 374종이다. 방제 1만여 방, 삽도 1천여 폭을 수록하였다. 각 종마다 약물을 釋名, 集解, 正誤, 修治, 氣味, 主治, 發明, 附方 등으로 나누어 설명하였다. 과거의 本草學 중 약간의 착오를 바로잡았을 뿐만 아니라, 대량의 자료를 종합하고, 체계적인 약물 분류 방법을 제시하였으며, 풍부한 임상 실험을 반영하였다. 李時珍은 약물을 논술함에 있어서 매우 사실적인 입장을 취하였

정하였고, 『中藥大辭典』은 현대에 나온 本草書 중에 대표성을 띠고 있기에 선정하였다.

49) 東洋의학대사전편찬위원회 編著. 東洋의학대사전 6. 서울. 경희대학교 출판국. 1999. p.142.

50) 孟詵 原著, 張鼎 增補, 鄭金生·張同君 譯注. 食療本草譯注. 上海. 上海古籍出版社. 2011. pp.174-176.

다. 이 책은 한약학 저작일 뿐만 아니라, 논급한 내용이 매우 광범위하여 세계적으로 영향을 미친 박물학적 저작이라 할 수 있다⁵¹⁾.

【性味主治】甘苦平無毒. 思邈曰：生者寒，燔者熱. 時珍曰：北粳涼，南粳溫，赤粳熱，白粳涼，晚白粳寒，新粳熱，陳粳涼. 益氣，止煩止渴止泄(『別錄』). 溫中，和胃氣，長肌肉(『蜀本』). 補中，壯筋骨，益腸胃(『日華』). 煮汁，主心痛，止渴，斷熱毒下痢(孟詵). 合芡實作粥食，益精強志，聰耳明目(好古). 通血脈，和五臟，好顏色(時珍，出『養生集要』). 常食乾粳飯，令人不噎⁵²⁾.

3) 『本草述』에 나오는 粳米

『本草述』은 淸나라 때 劉若金이 편찬하여 1700년에 간행된 본초학서로 전 32권으로 되어 있다. 劉若金은 『本草綱目』의 분류 순서에 따라 691종의 약물을 편집하여, 水, 火, 土, 金, 石, 草, 穀, 菜, 果, 木, 蟲, 鱗, 介, 禽, 獸, 人 등 30부로 나누었다. 약물마다 여러 학설을 精選해서, 터무니 없는 말과 미신 부분을 삭제하고 새롭게 편찬하였다. 先人들의 논술에 근거하여, 陰陽升降과 臟腑經絡의 이론을 따라 藥性を 해석하여, 본초 이론과 임상면에서 상당한 참고 가치가 있다.⁵³⁾

【性味主治】：甘苦平無毒. 時珍曰：北粳涼，南粳溫. 赤粳熱，白粳涼，晚白粳寒，新粳熱，陳粳涼. 溫中益氣，益腸胃，通血脈，和五臟. 方書主治傷暑發熱，瘧，喘，不能食，消臍滯下⁵⁴⁾.

4) 『本草述鈎元』에 나오는 粳米

『本草述鈎元』은 淸나라 때 楊時泰가 편집하여 1842년에 간행된 본초학서로 전 32권으로 되어 있으며, 앞서 출판된 本草書인 『本草述』을 추려서 개편한 책이다. 『本草述』이 글자 수와 문체 면에서 비

교적 빈잡하였으므로, 楊時泰는 그 藥數, 차례, 분류를 변경하지 않은 채 덜 중요한 부분을 삭제하고, 새로이 분석 정리하여 이 책을 만들었다⁵⁵⁾.

【性味主治】甘平，北粳涼，南粳溫. 赤粳熱，白粳涼，晚白粳寒，新粳熱，陳粳涼，主治溫中益氣，益腸胃，通血脈，和五臟. 方書治傷暑發熱，瘧喘不能食，消臍滯下⁵⁶⁾.

5) 『中藥大辭典』에 나오는 粳米

【性味】 달고 평하다.

『名醫別錄』 맛은 쓰며 기는 평하고 독이 없다.

『千金·食治』 “맛은 맵고 쓰며 기는 평하고 독이 없다. 생것은 서늘하며 태운 것은 덩다.”

『七卷食經』 “맛은 달고 기는 약간 차다.”

『本草綱目』 “북방에서 나는 메벼는 서늘하고, 남방에서 나는 메벼는 따뜻하고 빨간 메벼는 덥고 흰 메벼는 서늘하며 晚白粳은 차고, 新粳은 덥고 陳粳은 서늘하다.”

【藥效와 主治】 補中益氣，健脾和胃，除煩渴，止瀉痢하는 효능이 있다.

1. 『名醫別錄』 “益氣，止煩，止泄.”

2. 『千金·食治』 “平胃氣，長肌肉”

3. 孟詵：“溫中，益氣，補下元.”

4. 『日華子諸家本草』 “壯筋骨，補腸胃.”

5. 『滇南本草』 “治諸虛百損，強陰壯骨，生津，明目，長智.”

6. 『本草綱目』 “粳米粥：利小便，止煩渴，養腸胃.” “炒米湯：益胃除濕.”⁵⁷⁾

III. 考察

粳米는 五穀 중 가장 대표적인 곡물로 우리가 일상생활에서 항상 접하는 식재료 가운데 하나이다. 仲景은 胃氣를 중시하였으며, 胃氣와 큰 연관성을

51) 동양의학대사전편찬위원회 編著. 동양의학대사전 4. 서울. 경희대학교 출판국. 1999. p.223.

52) 李時珍 編纂. 劉衡如, 劉山永 校注. 本草綱目 下冊. 北京. 華夏出版社. 2002. pp.990-991.

53) 동양의학대사전편찬위원회 編著. 동양의학대사전 4. 서울. 경희대학교 출판국. 1999. p.234.

54) 劉若金 原著, 鄭懷林 등 校注. 本草述校注. 北京. 中醫古籍出版社. 2005. pp.398-399.

55) 동양의학대사전편찬위원회 編著. 동양의학대사전 4. 서울. 경희대학교 출판국. 1999. p.234.

56) 楊時泰 輯. 本草述鈎元. 上海. 科技衛生出版社. 1957. p.370.

57) 江蘇新醫學院 編, 김창민 외 3인. 中藥大辭典. 서울. 鼎談. 1998. pp.151-154.

맺고 있는 粳米가 『傷寒論』 내에서 응용되는 처방은 총 16개였다. 仲景은 『傷寒論』 내에서 粳米를 고정된 방식으로 入藥하지 않았고, 여러 가지 다양한 방식으로 가공하여 치료에 응용하였다. 粳米의 性味는 本草書마다 일률적이지 않고 약간의 차이를 보였다. 『名醫別錄』에서는 苦平이라고 하였고, 『食療本草』에서는 味에 대해서 따로 기재하지 않고 平하다고만 했으며, 『本草綱目』에서는 甘苦平하다고 하였고, 『千金·食治』에서는 辛苦平하다고 했다. 현대본초서인 『中藥大辭典』에서는 甘平하다고 했다. 이처럼 粳米의 性味が 차이 나는 것은 粳米의 종류가 매우 많기 때문으로 보인다.⁵⁸⁾ 또한 粳米는 가공 정도·생산지·색깔·수확하는 시기와 햅쌀인지 묵은쌀인지에 따라서도 寒熱溫涼이 각각 차이를 보였다.

粳米는 『傷寒論』 내에서 여러 가지 방식으로 入藥되었는데 첫 번째 유형은 다른 약재들과 함께 넣어 익혀 쓰는 형태로 桃花湯, 白虎湯, 白虎加人參湯, 竹葉石膏湯 등이 있다. 白虎湯은 石膏, 知母, 甘草, 粳米로 구성되어 辛寒清熱生津하고, 白虎加人參湯은 白虎湯에 人參이 더해지는 것으로 清熱하면서 益氣生津하여 열이 치성하여 氣津이 傷하는 경우에 좋은 처방이 되며, 竹葉石膏湯은 白虎加人參湯에서 知母를 빼고 竹葉·麥門冬·半夏를 넣어서 만든 것으로 아직 남은 열이 있으나 기체는 치성하지 않으므로 知母를 빼고 石膏와 竹葉을 같이 써서 肺胃의 熱邪를 내려줌으로써 전체적으로 滋陰清熱하고 益氣和胃한다. 桃花湯을 제외한 나머지 3개 方劑들의 공통점은 石膏가 들어간다. 石膏는 辛甘大寒하여 清熱瀉火하고 除煩止渴하는데 大寒한 성질은 胃氣를 傷하게 할 수 있으므로 이에 대한 대비책이 필요하다. 따라서 益氣和胃하고 滋養胃陰하는 粳米를 함께 넣어 끓인다고 생각한다. 石膏가 들어가는 方劑는 이 외에도 麻黃升麻湯, 大青龍湯, 桂枝二越婢一湯, 麻杏甘石湯 등이 있는데 이 처방에서는 粳米를 함께 넣어 달이지는 않았다. 그 이유는 上記 처방들이 공통적으로 石膏 이외에 辛溫한 麻黃이 들어가서 石膏의 寒性이 過하지 않게 중심을 잡아주는 역할을 해주므로 粳米

를 추가적으로 넣어 胃氣를 복돋을 필요가 없다고 생각한다. 粳米를 다른 약들과 함께 넣어 달이는 方劑 중에 桃花湯은 少陰病에서 虛寒性下利에 便膿血이 나타날 때 응용하는데, 桃花湯에 들어가는 粳米는 補益脾胃하는 작용을 한다. 이를 『本草綱目』에서는 少陰證桃花湯에 粳米를 써서 補正氣한다고 했다.⁵⁹⁾

두 번째 유형은 粳米를 써서 익혀 밥으로 만든 뒤에 丸藥으로 만들어 복용하는 형태로 烏梅丸이 있다. 烏梅는 養肝斂陰하고 安蛔止痛시키는 君藥으로 쓰이고, 細辛·乾薑·附子·蜀椒는 辛熱하므로 溫中散寒, 殺蟲去蛔하고, 黃連·黃柏은 清熱燥濕하고 驅蟲下蛔하는 臣藥으로 쓰이며, 人參은 補脾益胃하고, 當歸는 養血柔肝하니 佐使藥으로 쓴다. 祛邪와 동시에 扶正하므로 調和肝胃하고 安蛔止痛하여 蛔厥을 치료한다. 烏梅丸에는 烏梅가 君藥으로 들어가는데 烏梅를 식초에 담갔다가 씨를 제거한 뒤에 5되의 쌀 밑에 놓고 썬 밥이 익으면 찢어서 반죽을 만들고 찢어서 체로 쳐둔 약가루를 합쳐서 丸을 만들어 蛔厥과 久痢에 복용한다. 烏梅丸에 들어간 粳米는 생쌀을 그대로 쓰는 것이 아니라 썬 粳米를 증장시켜 溫中益氣함으로써 烏梅丸의 溫胃安中하고 止厥止痛하는 효능을 도우며 다른 약가루와 함께 丸藥을 만들때 糊化되어 점도를 높여 약제들 상호간의 결합력을 상승시킨다고 생각한다.

세 번째 유형은 湯藥을 복용한 뒤에 事後 조치로 粥을 만들어 복용하는 형태로 桂枝湯, 理中丸, 十棗湯 등이 있다. 이 중에서 桂枝湯은 桂枝가 衛陽을 溫通하고, 芍藥은 益陰和營하며, 生薑은 降逆止嘔하고, 大棗는 益脾和胃하며, 炙甘草는 補中益氣하여 전체적으로는 解肌祛風하고 調和營衛하므로 太陽中風을 主治한다. 하지만, 桂枝湯 외에도 복약후에 얼른 농도가 묽은 熱粥을 먹어 桂枝湯의 解肌祛風하고 調和營衛하는 작용을 돕고, 水穀之海인 胃氣를 도와 脾胃가 잘 나도록 하였다. 理中丸은 霍亂에 表證이 있고 寒多한 경우에 쓰는데 약물 구성은 人參, 炙甘草,

58) 李時珍 編纂, 劉衡如, 劉山永 校注. 本草綱目 下冊. 北京. 華夏出版社. 2002. pp.990-991. “其種近百, 各各不同.”

59) 李時珍 編纂, 劉衡如, 劉山永 校注. 本草綱目 下冊. 北京. 華夏出版社. 2002. pp.990-991. “少陰證桃花湯, 用之以補正氣.”

乾薑, 白朮로 人參·炙甘草는 益氣補中하고, 乾薑은 溫中散寒하며, 白朮은 健脾燥濕하여 전체적으로는 溫中祛寒, 健脾燥濕의 효능이 있다. 脾胃가 虛寒하여 中焦가 升降이 잘 되지 않는 경우에 外感和 內傷을 막론하고 모두 쓸 수 있다. 理中丸을 복용한 후에는 熱粥을 1되 정도 먹어 胃氣를 돕고, 中焦를 따뜻하게 한다. 歷代 本草書에서는 이를 溫中益氣라고 하였다. 十棗湯은 藥性이 강하고 독한 芫花·甘遂·大戟을 써서 峻下逐水하는데, 살진 대추를 달인 물에 세 가지 약을 가루 내어 타서 복용한다. 胃氣를 보호하고 독성을 완화시킴으로써 邪氣는 몰아내더라도 正氣는 상하지 않도록 하려는 것이다. 十棗湯은 峻下逐水하여 脇下의 水氣를 없애므로 복용한 뒤에는 설사를 하는데, 설사를 적게 하면 병이 다 없어지지 않은 것으로 보고 다음날에 다시 복용할 때 반돈을 더 늘려 복용하고, 시원스럽게 설사한 경우에는 병이 다 나았다고 보고 糜粥을 먹어 自養하고 소모된 正氣의 회복을 돕는다. 十棗湯을 쓸 때 甘遂·大戟·芫花를 가루 내어 대추 달인 물에 타서 복용함으로써 1차적으로 毒性을 완화시킨 측면이 있지만, 攻下한 후에는 正氣가 많이 소진된 상태이므로 밥을 바로 먹기 보다는 밥보다 유동식인 糜粥을 먹어 胃氣를 차츰차츰 도움으로써 正氣의 회복을 촉진한다고 생각한다.

네 번째 유형은 入藥할때 散劑를 白飲에 타서 복용한 후에 나타나는 반응을 보고서 粥을 먹어 事後 조치하는 형태로 白散이 있다. 白散은 熱證이 없는 寒實結胸을 치료하는데 巴豆, 桔梗, 貝母 등 흰색의 약재로 구성되어 있어서 三物白散이라고도 한다. 巴豆는 辛熱하고 毒이 있으며, 寒水를 攻逐하고, 冷積을 瀉下하며, 멎친 것을 부수므로 君藥이 되고, 貝母는 解鬱, 開結, 祛痰하며, 桔梗은 肺氣를 뚫어서 升提시키므로 肺氣가 멎친 것을 풀어 주고 痰을 없애준다. 또한 약기운을 상부로 끌어올려서 작용하게 하여 水飲의 邪氣가 나가도록 도운다. 本方은 약성이 맹렬하고 吐下시키므로 胃氣를 상하기 쉬워 白飲에 타서 복용하여 胃氣를 화평하게 함으로써 巴豆의 毒氣를 제압한다. 환자의 반응을 보고 粥의 온도를 적절하게 맞추어 조절하니, 粥으로 胃氣를 보전하고

진액을 보존할 수 있다. 白散을 복용한 후에는 그 반응을 잘 살펴 대응해야 하는데 복용 후에 병이 흉격 아래에 있을 경우 반드시 설사하는데, 설사하지 않으면 설사를 돕기 위해 熱粥을 한 사발 먹고, 반대로 설사를 그치지 않는 경우에는 冷粥을 먹어서 설사를 그치게 하는 등 粥의 온도를 조절하여 복용 후에 나타나는 반응에 적절하게 대응해야 한다고 생각한다.

다섯 번째 유형은 入藥할때 丸劑나 散劑를 白飲에 타서 복용하는 형태로 麻子仁丸, 牡蠣澤瀉散, 半夏散, 四逆散, 五苓散 등이 있다. 麻子仁丸에서 麻子仁은 潤腸通便하므로 君藥으로 쓰고, 杏仁은 潤腸하면서 肺氣를 宣肅하여 表裏가 두루 통하고 腑氣가 원활해지게 하며, 芍藥은 養陰하여 진액을 길러줌으로써 和裏緩急하고, 煉蜜은 潤腸通便한다. 牡蠣澤瀉散은 下焦에 濕熱이 응체되어 水氣가 잘 돌지 않아 水腫이 생긴 경우에 쓴다. 君藥은 牡蠣로서 鹹寒하여 腎으로 들어가며 軟堅散結하여 水氣를 돌려주고, 澤瀉는 甘寒하고 腎膀胱으로 들어가 利水滲濕하며 泄熱한다. 葶藶子是 辛苦大寒하여 肺膀胱으로 들어가 下氣行水하고, 商陸根은 苦寒하여 肺脾腎으로 들어가 小便을 통하게 하여 水氣를 돌려준다. 蜀漆은 祛痰軟堅하여 痰水가 멎친 것을 뚫어 주고, 海藻는 鹹寒하고 十二水를 내린다. 利水を 과하게 하여 진액을 상하게 할까봐 栝蒌根을 넣는데 甘寒하며 生津하여 水源을 滋養함으로써 水氣는 없어지더라도 진액은 상하지 않도록 한다. 본방을 白飲에 타서 먹는 것은 胃氣를 보호하기 위해서이며, 小便이 잘 나오면 더 복용하지 않는 것은 본방의 利水하는 효능이 강하기 때문이다. 四逆散은 柴胡, 枳實, 芍藥, 甘草로 구성되어 있는데, 柴胡는 疏肝解鬱하고, 枳實은 行氣散結하며, 芍藥은 和營하면서 肝脾를 調和시키고, 甘草는 緩急和中한다. 전체적으로는 氣機를 잘 돌게 하고 울체된 陽氣를 透達케 함으로써 肝氣를 調達케 하고, 울체된 陽氣가 퍼지게 되고 肝脾가 조화롭게 되니, 손발이 싸늘한 것이 낫고, 배가 아프고 설사가 나고 무지근한 것이 멎게 된다. 五苓散은 猪苓, 茯苓, 澤瀉, 白朮, 桂枝로 구성되어 있는데, 猪苓·澤瀉는 滲濕利水하고, 茯苓·白朮은 健脾利水하며,

桂枝는 通陽化氣하며 解表를 겸한다. 茯苓·白朮·澤瀉는 桂枝로 통하게 하여 이끌어주면 利水시키는 힘이 강해지고, 桂枝는 茯苓·白朮·澤瀉의 滲利하는 바에 의해 化氣하는 힘이 빨라진다. 五苓散의 服藥法에서 白飲에 타서 먹거나 따뜻한 물을 많이 마시라고 하였는데, 藥力을 도와서 發汗驅邪하면 땀이 나면서 땀구멍이 트이고, 利水가 되면 氣化도 잘 되어서 表裏의 氣機가 원활해지니, 病邪가 안팎에서 모두 없어진다. 麻子仁丸에는 小便數이 나타나고, 牡蠣澤瀉散에는 腰以下에 水氣가 있으며, 四逆散과 五苓散에는 小便不利가 있는 등 白飲에 타 먹는 散劑의 공통점 중 하나는 수액대사가 잘 안될 때 쓰는 처방임을 알 수 있다. 『本草綱目』의 穀部 粥 항목에서 “粳米는 氣가 薄하고, 味가 淡하여 陽中의 陰이다. 淡滲下行하고, 小便을 通利하게 한다.”⁶⁰⁾라고 했는데, 수액대사가 잘 안될 때 쓰는 丸散劑 처방에 白飲을 써서 小便을 通利하게 하는 작용을 도우려고 했음을 이해할 수 있다. 半夏散은 白飲에 타서 복용하지만, 특별히 小便不利 증상이 있는 것은 아니었다. 半夏散은 少陰病 咽痛에 쓰는데 이 方劑는 桂枝나 半夏와 같이 辛燥한 약이 陰液을 손상시키는 것을 막고, 胃津을 보존하기 위해 白飲에 타서 복용했다고 생각한다⁶¹⁾.

여섯 번째 유형은 入藥할 때 白粉을 쓰는 형태로

猪膚湯이 이에 해당된다. 猪膚湯은 少陰病에서 下利를 한 뒤에 咽痛과 胸滿心煩이 나타날 때 쓰는 方劑인데 돼지 껍질 달인 물에 煉蜜과 볶은 쌀가루를 넣어 만든 것이다. 猪膚는 안쪽의 두툼한 육질을 뺀 돼지 껍질을 말하는데 鹹寒하여 腎으로 들어가 腎水를 자양하고, 淸熱潤燥한다. 煉蜜은 甘寒하여 潤肺하고 虛火가 오른 것을 내려서 목구멍이 잘 통하도록 하며, 쌀가루는 甘緩하여 和中하고, 土氣를 복돋아 설사를 멎게 한다. 전체적으로는 滋陰潤肺補脾하므로 陰虛로 인해 火가 上炎하여 목구멍이 아픈 경우를 잘 치료한다. 白粉을 그대로 쓰지 않고 볶아서 향기가 나게 해서 쓴 것은 下利로 인해 虛해진 脾胃를 補하여 더 이상 설사가 나타나지 않게 하고, 甘緩和中하기 위함이다. 약물의 炮劑法 중 炒法에는 輔料를 넣지 않고 볶는 淸炒法이 있는데, 淸炒法은 가열하는 정도에 따라서 다시 炒黃, 炒焦, 炒炭으로 나뉜다.⁶²⁾ 猪膚湯에서 白粉을 熬香하라고 한 것은 炒黃의 단계로 판단된다. 炒黃은 약물의 표면이 약간 누렇게 되고 고소한 냄새가 날 때까지 볶는 방법으로 健脾消食藥은 炒黃하면 소화 작용을 촉진하여 약물의 흡수를 용이하게 하므로 白粉을 볶아서 쓰면 健脾작용이 증진되고 猪膚湯에서 나타난 下利도 멈추게 된다고 사료된다.

일곱 번째 유형은 入藥할 때 白粉을 內服하는 것이 아니라 汗出過多할 때 피부에 두드려주는 형태로 이에 해당하는 方劑는 大靑龍湯이 있다. 大靑龍湯은 麻黃湯에 麻黃을 2배로 하고, 杏仁의 양을 줄인 다음, 石膏·生薑·大棗를 넣어 만들었다. 發汗시키는 힘이 강한 것이 다른 처방에 비해 특징적이다. 太陽傷寒으로 外寒으로 움츠러들어 양기가 울체되어 열이 생기므로 땀이 나지 않으면서 煩躁해질 때 빨리 발한시켜서 움츠러든 바를 풀어 내부의 열이 나갈 활로를 열어주는 것이 立方의 요지이다. 麻黃처럼 辛溫한 약을 강하게 쓰는 것 이외에도 石膏와 같이 辛寒한 약을 넣어 內熱을 내려줌으로써 宣發하고, 炙甘草와 大棗를 써서 中焦를 調理하여 땀의 근원을 도우며, 喘證이 없고, 麻黃이 있어 宣肺하니 杏仁의

60) 李時珍 編纂. 劉銜如, 劉山永 校注. 本草綱目 下冊. 北京. 華夏出版社. 2002. pp.1033-1034. “粳粟米粥, 氣薄味淡, 陽中之陰也. 所以淡滲下行, 能利小便.”

61) 모든 丸劑와 散劑를 白飲에 타서 복용한 것은 아니다. 大陷胸丸과 抵當丸 등의 丸劑와 瓜蒂散, 文蛤散, 燒禪散 등의 散劑는 丸散劑임에도 불구하고 白飲에 타서 복용하지 않았다. 大陷胸丸은 結胸이 되어 項強 증상이 있을 때 攻下하는 方劑이고, 抵當丸은 下焦蓄血證에 써서 逐瘀下血하는데 만약 이 두 丸劑를 白飲에 타서 복용한다면 攻下와 下血하는 작용이 방해될 수 있다고 생각한다. 瓜蒂散은 胸中에 痰飲이 있을 때 쓰는 吐法인데 만약 瓜蒂散을 白飲에 타서 복용한다면 胃氣를 보호하려는 白飲의 작용과 서로 상충되므로 白飲에 타서 복용하지 않았다고 생각하고, 文蛤散은 汗法을 써서 풀어내야 할 證에 찬물을 끼얹어 열이 발산되지 못하고 속에서 울체되어 밖으로 좁쌀알 같은 것이 뚫어날 때 쓰는데 白飲에 타서 복용하는 것은 자칫 陽氣의 울체를 가중시킬 수가 있다고 생각한다. 燒禪散은 陰陽易에 쓰는 方劑인데 특별히 胃氣를 보호해야 할 필요가 없으므로 白飲에 타서 복용하지 않았다고 생각한다.

62) 전국한의학대학교 본초학공동교재 편찬위원회 편저. 本草學. 서울. 永林社. 2017. pp.132-133.

양은 줄인다. 땀이 많이 나는 경우에는 亡陽證이 되어 惡寒, 煩躁不得眠의 증상이 나타나므로 發汗이 과다하지 않도록 溫粉으로 두드려 止汗한다. 大靑龍湯 原文에는 白粉이라고 기재되어 있지 않고, 溫粉으로 기재되어 있다. 溫粉에 대해서는 여러 가지 의견이 분분한데 白朮·藥本·白芷 각각 2냥씩을 가루로 만들어서 고운 쌀가루 12냥을 넣어 잘 혼합하여 써야 한다는 견해, 牡蠣·麻黃根·鉛粉·龍骨을 써야 한다는 견해, 白粉을 써야 한다는 견해 등으로 나누어진다.⁶³⁾ 『本草綱目』 附方に 自汗이 그치지 않을 때 粳米粉을 명주에 싸서 자주 두들겨 준다⁶⁴⁾고 한 것으로 보아 쌀가루를 썼을 가능성도 낮지 않다고 할 수 있다. 『本草綱目』 附方에서 또한 신생아가 피부가 없어 색이 붉을 때 早白米粉을 뿌려 肌膚가 자생된 예⁶⁵⁾가 있는 것으로 보았을 때도 白粉이 쌀가루였을 가능성이 높아진다고 생각한다. 『本草綱目』, 『本草述』 등의 本草書에서 粳米는 天地中和의 氣를 얻고, 造化生育의 功을 함께 하여 주로 脾胃와 관련되지만, 長夏를 지나서 金氣를 받아 성숙하므로 肺와도 관련된다. 쌀가루는 肺와 관련이 될 뿐만이 아니라 肺主皮毛하므로 皮膚에도 영향을 미쳐 衛氣를 튼튼하게 하는 데에 一助할 수 있다고 생각한다.

이상에서 『傷寒論』 내의 粳米의 서로 다른 入藥 유형에 따른 方劑를 유형별로 살펴보았는데 『傷寒論』 뿐만 아니라 『金匱要略』에서도 粳米의 서로 다른 入藥 형태를 유형별로 구분할 수 있었으며(부록표 참조), 『傷寒論』과 차이가 나는 부분은 첫째로 救自縊死方에서 粥清과 소량의 桂枝湯을 머금게 하여 치료하는 부분이 있었다. 救自縊死方은 목을 매어 자살하려는 사람을 구하고자 할 때 환자의 팔다리를 주무르면서 굽혔다 폈다하고 복부를 어루만져 주는 것 외에도 粥清과 소량의 桂枝湯을 머금게 하여 목

구멍을 축여주고 스스로 삼킬 수 있으면 서서히 멈추고, 환자의 양쪽 귀를 대롱으로 붙여주는 것으로⁶⁶⁾ 여기에서 쓰인 粥清은 白飲과 粥의 중간 형태로 추측되는데 끊어진 胃氣를 천천히 복돋는 데 좋다고 생각한다. 둘째로는 白粉을 外治하는 방법에서 溫粉을 발라주는 것은 大靑龍湯을 썼을 때 汗出過多한 경우에 쓰는 止汗法이라서 『傷寒論』과 동일했으나, 蛇床子散은 白粉이 응용되는 坐藥으로 『傷寒論』과 같지 않은 부분이었다. 셋째로 『傷寒論』에는 白飲에 타서 복용한 후에 환자의 반응을 보고 粥을 먹어 事後 조치하는 형태로 白散이 있었으나, 『金匱要略』에는 이런 유형의 方劑가 없었다. 이상과 같이 서로 차이가 나는 부분을 제외하고 粳米 入藥法의 나머지 유형은 『傷寒論』과 『金匱要略』이 같았으나, 다만 그 유형에 속하는 처방들이 조금씩 차이가 있었고 白飲和服에 속하는 처방이 丸劑가 7개, 散劑가 9개, 총 16개로 압도적으로 많았다.

『傷寒論』과 『金匱要略』에서 粳米를 이와 같이 病證의 다양한 상황에 따라 가공법을 달리하여 응용한 것은 많은 점을 시사해 준다고 할 수 있다. 仲景이 方後注文을 통해 炮製, 劑型, 煎煮방법, 服用방법, 飲食禁忌 등을 계통적으로 논술한 것은 辨證論治에 있어서 중요하며, 직접적으로 치료의 성공 여부와 관련이 되어 있다⁶⁷⁾. 예전에는 藥材를 순서대로 달이고, 중간 중간에 食材料를 넣기도 하고 했는데 이러한 방식은 집에서 개인이 재래식 약탕기로 달일 때에 가능하고, 지금은 압력식 약탕기로 약을 달일 때 처음에 藥材를 모두 한꺼번에 넣어 대량으로 달이기 때문에 이러한 湯煎 文化 속에서는 粳米를 다양하고 세심하게 入藥하는 방식이 존중받을 수가 없고 무시당하기가 쉽다. 『素問·五常政大論』에서 “大毒으로 병을 다스리면 열 중에 여섯을 없애고, 보통의 毒으로 병을 다스리면 열 중에 일곱을 없애며, 작은 毒으로 병을 다스리면 열 중에 여덟을 없애고, 無毒으로 병을 다스리면 열 중에 아홉을 없애며, 곡식과 고기와 과일과 채소를 먹어 몸의 正氣를 길러

63) 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文化社. 2006. pp.373-374.

64) 李時珍 編纂. 劉衡如, 劉山永 校注. 本草綱目 下冊. 北京. 華夏出版社. 2002. pp.990-991. “自汗不止, 粳米粉絹包, 頻頻撲之. (『肘後』)”

65) 李時珍 編纂. 劉衡如, 劉山永 校注. 本草綱目 下冊. 北京. 華夏出版社. 2002. pp.990-991. “初生無皮色赤, 但有紅肉, 乃受胎未足也. 用早白米粉撲之, 肌膚自生. (『普濟方』)”

66) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. pp.761-763.

67) 裴永清. 傷寒論臨牀應用五十論. 學苑出版社. 1995. p.48.

治病의 도리를 다하여 지나친 약으로 正氣를 상하게 하지 말라.”⁶⁸⁾라고 하였고, 『素問·藏氣法時論』에서 “毒藥은 邪氣를 공격하고, 五穀은 正氣를 기르며, 五果는 正氣 기를 돕고, 五畜은 보탬이 되고, 五菜는 채움이 되니, 氣味를 합하여 복용함으로써 精을 補하고 氣를 더한다.”⁶⁹⁾라고 하여 藥으로 治病하기 이전에 無毒하고 일상에서 매일 접하는 穀肉果菜로 몸을 다스리는 것이 正氣를 기르는 데 얼마나 중요한지 말하였는데, 현대 한의사들은 食餌療法보다는 약재 중심으로 治病하여 풍토가 달라진 측면이 있다. 따라서 『傷寒論』과 『金匱要略』에 나타난 것처럼 粳米를 다양하게 入藥하는 방식은 등한시되고 있기 때문에 다시 한 번 再考해 볼 필요가 있다는 점에서 시사성이 있다고 생각한다.

IV. 結論

이상에서 『傷寒論』의 粳米 入藥法에 대해 살펴본 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 粳米를 入藥할 때 生으로 다른 약과 함께 넣어 달이는 方劑의 대부분은 石膏가 포함되어 있었는데, 粳米는 石膏의 寒性を 완화시켜 傷胃하지 않도록 해주고 胃陰을 滋養해 주며, 桃花湯에 쓰인 粳米는 補益脾胃하여 止瀉한다.
2. 烏梅丸에 쓰인 粳米는 썬서 익혀 溫性を 증강시켜 溫中益氣함으로써 烏梅丸의 溫胃安中하고 止厥止痢하는 효능을 도우며 糊化로 점성이 증가되어 丸藥을 만들 때 약재들 상호간의 결합력을 상승시킨다고 생각한다.
3. 湯藥 복용 후 粥을 복용하는 桂枝湯과 理中丸은 땀 생성의 원천인 胃氣를 도와 藥力을 돕거나 中焦를 따뜻하게 하며, 十棗湯은 快利 후에 糜粥으

로 자양하여 胃氣를 길러 正氣의 빠른 회복을 돕는다고 생각한다.

4. 白散은 正氣의 손상을 막기 위해 白飲에 타 먹은 후 환자의 반응을 보고서 冷粥이나 熱粥을 주어 下利의 정도를 조절할 수 있다고 생각한다.
5. 白飲에 타서 服用하는 麻子仁丸, 牡蠣澤瀉散, 半夏散, 四逆散, 五苓散은 물에 타 먹는 것보다는 白飲에 타 먹는 것이 삼키기에 좋으며 養胃和中한다.
6. 白粉의 쓰임은 內服과 外治로 나뉘는데, 豬膚湯에서 白粉을 볶아 쓰는 것은 甘緩和中하여 止瀉하고, 大青龍湯에서 汗出過多할 때 溫粉을 피부에 뿌려 止汗함으로써 正氣가 손상되지 않게끔 한다.
7. 『傷寒論』뿐만 아니라 『金匱要略』에서도 粳米의 서로 다른 入藥 형태를 유형별로 구분할 수 있었는데 救自縊死方에서 粥清을 쓰고, 蛇床子散에서 白粉을 坐藥의 용도로 쓰는 것은 『金匱要略』에만 있는 유형이었고, 白散을 白飲에 타서 복용한 후에 환자의 반응을 보고 粥을 먹어 事後 조치하는 형태는 『傷寒論』에만 있는 유형이었다.
8. 지금은 湯煎할 때 처음에 모든 약재를 다 넣고 대량으로 달이며, 현대 한의사들은 食治보다는 藥治에 중점을 두는 면이 있어 粳米를 다양하게 入藥하는 방식이 존중받을 수 없다는 측면에서 이에 대한 발굴과 연구가 의미가 있다고 생각한다.

References

68) 洪元植. 精校黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.258. “大毒治病, 十去其六, 常毒治病, 十去其七, 小毒治病, 十去其八, 無毒治病, 十去其九. 穀肉果菜, 食養盡之, 無使過之. 傷其正也.”
69) 洪元植. 精校黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.89. “毒藥攻邪, 五穀爲養, 五果爲助, 五畜爲益, 五菜爲充, 氣味合而服之, 以補精益氣.”

1. 江蘇新醫學院 編, 김창민 외 3인. 中藥大辭典. 서울. 鼎談. 1998.
2. 동양의학대사전편찬위원회 編著. 동양의학대사전 4. 서울. 경희대학교 출판부. 1999.
3. 동양의학대사전편찬위원회 編著. 동양의학대사전 6. 서울. 경희대학교 출판부. 1999.
4. 董旭, 張仲景用粥探析. 河南中醫. 2016. 36.
5. 劉若金 原著, 鄭懷林 등 校注. 本草述校注. 北京. 中醫古籍出版社. 2005.

6. 李時珍 編纂, 劉衡如, 劉山永 校注. 本草綱目
下冊. 北京. 華夏出版社. 2002.
7. 孟詵 原著, 張鼎 增補, 鄭金生·張同君 譯注. 食
療本草譯注. 上海. 上海古籍出版社. 2011.
8. 文潛典 외 6人. 傷寒論精解. 서울. 慶熙大學校
出版局. 2000.
9. 裴永清. 傷寒論臨床應用五十論. 學苑出版社.
1995.
10. 徐平. 傷寒雜病論中的食療思想及應用方法研
究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008.
11. 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社.
2005.
12. 楊時泰 輯. 本草述鉤元. 上海. 科技衛生出版
社. 1957.
13. 易峰. 論傷寒論藥粥并用法的意義. 中醫藥導
報. 2010. 16.
14. 王忠鑫. 粳米在經方中的重要作用. 甘肅中醫
學院學報. 2005.
15. 袁平. 傷寒雜病論食物療法思想初探. 貴陽中
醫學院學報. 1992. 14.
16. 전국한의과대학 본초학공동교재 편찬위원회
편저. 本草學. 서울. 永林社. 2017.
17. 周鴻飛. 白虎湯煮米熟湯成煎法解析. 中國中
醫藥現代遠程教育. 2012. 10.
18. 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版
社. 2002.
19. 陳柱杓 編譯. 상한론용어사전. 서울. 法仁文
化社. 2006.
20. 鄒如政, 李青. 張仲景飲食療法探討. 光明中
醫. 2004. 19.
21. 洪元植. 精校黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學
研究院出版部. 1985.

표 1. 『金匱要略』의 粳米 入藥 형태 유형별 方劑 정리표

入藥 형태	處方名	處方原文	方義	粳米의 효능 ⁷⁰⁾
與他藥 同煎	桃花湯	桃花湯方： 赤石脂一斤(一半剉， 一半篩末)，乾薑一兩， 粳米一升。上三味，以水七升， 煮米令熟，去滓，溫服七合， 內赤石脂末方寸匕，日三服。 若一服愈，餘勿服。 ⁷¹⁾	君藥인 赤石脂로 澁腸固脫하고, 乾薑은 溫中散寒하며, 粳米는 補虛安中한다. 諸藥合用하여 溫中澁腸하고 固澁止利한다. ⁷²⁾	助胃氣而止瀉利, 養胃和中.
	麥門冬湯	麥門冬湯方：麥門冬七升， 半夏一升，人參三兩， 甘草二兩，粳米二合， 大棗十二枚。上六味， 以水一斗二升，煮取六升， 溫服一升，日三夜一服。 ⁷³⁾	麥門冬은 潤肺養胃하고 淸虛火하며, 半夏는 下氣化痰하고, 人參·甘草·大棗·粳米는 養胃益氣한다. 諸藥合用하여 滋陰淸熱하고 止火逆降肺氣한다. ⁷⁴⁾	補中益氣養胃.
	白虎加桂枝湯	白虎加桂枝湯方：知母六兩， 甘草二兩(炙)，石膏一斤， 粳米二合，桂枝(去皮)三兩。 上剉，每五錢，水一盞半， 煎至八分，去滓，溫服。 汗出愈。 ⁷⁵⁾	石膏로 淸解, 透熱外出하고, 知母로 石膏의 淸裏熱을 도우며, 桂枝로 溫經散寒하고, 粳米와 甘草로 益胃生津한다. 諸藥合用하여 解表淸裏하고 治瘧止痛한다. ⁷⁶⁾	補益中氣, 保護胃氣, 防寒涼傷胃.
	白虎加人參湯	白虎加人參湯方：知母六兩， 石膏一斤(碎)，甘草二兩， 粳米六合，人參三兩。上五味， 以水一斗，煮米熟湯成，去滓， 溫服一升，日三服。 ⁷⁷⁾	石膏는 辛寒하여 淸陽明之 熱邪하고, 知母는 滋陰涼潤하며, 甘草와 粳米는 補中和胃한다. 諸藥을 합쳐 써서 淸熱解暑하고 益氣生津한다. ⁷⁸⁾	補益中氣, 保護胃氣, 防寒涼傷胃.
	附子粳米湯	附子粳米湯方： 附子一枚(炮)，半夏半升， 甘草一兩，大棗十枚， 粳米半升。上五味，以水八升， 煮米熟湯成，去滓，溫服一升， 日三服。 ⁷⁹⁾	炮附子는 溫中散寒止痛하고, 半夏는 除飲降逆止嘔하며, 粳米와 甘草와 大棗는 補益脾胃緩急止痛한다. 諸藥合用하여 溫中散寒하고 化飲降逆한다. ⁸⁰⁾	和胃養陰, 緩急止痛, 緩藥峻性.
飯熟 作丸	烏梅丸	烏梅丸方：烏梅三百個，細辛六兩， 乾薑十兩，黃連一斤，當歸四兩， 附子六兩(炮)，川椒四兩(去汗)， 桂枝六兩，人參六兩，黃蘗六兩。 上十味，異搗篩，合治之， 以苦酒漬烏梅一宿，去核， 蒸之五升米下，飯熟搗成泥， 和藥令相得，內臼中，與蜜杵二千下， 丸如梧子大。先食飲服十九，日三服， 稍加至二十九。禁生冷滑臭等食。 ⁸¹⁾	烏梅는 安蛔止痛하고 斂肝泄熱하며, 黃連과 黃柏은 淸心肝之熱하여 安蛔하고, 蜀椒와 附子와 細辛과 桂枝와 乾薑은 溫臟祛寒하며, 人參과 當歸는 補氣養血한다. 諸藥合用하여 溫胃安蛔止厥한다. ⁸²⁾	與烏梅相伍, 酸甘化陰, 養胃和中.
服藥後 啜粥	桂枝加黃芪湯	桂枝加黃芪湯方：桂枝三兩， 芍藥三兩，甘草二兩， 生薑三兩，大棗十二枚， 黃芪二兩。上六味，以水八升， 煮取三升，溫服一升，	濕鬱肌表하고 陽氣被遏한 證에 써서 桂枝湯은 解肌和營衛하고, 黃芪는 益氣行濕하며 桂枝湯을 도와서 益氣和營衛한다. 諸藥合用하여 調和營衛하고	助發汗.

		須與飲熱稀粥一升餘，以助藥力。溫服取微汗，若不汗，更服。 ⁸³⁾	益氣除濕한다.	
	栝蒌桂枝湯	栝蒌桂枝湯方：栝蒌根二兩，桂枝二兩，芍藥三兩，甘草二兩，生薑三兩，大棗十二枚。上六味，以水九升。煮取三升，分溫三服。取微似汗，汗不出，食頃，啜熱稀粥發。 ⁸⁴⁾	桂枝湯은 解肌祛風하고 調和營衛하여 解表하고, 栝蒌根은 淸熱生津하고 舒緩筋脈한다. 諸藥合用하여 解肌祛風하고 滋養筋脈한다. ⁸⁵⁾	助發汗.
	大建中湯	大建中湯方：蜀椒二合(去汗)，乾薑四兩，人參二兩。上三味，以水四升，煮取三升，去滓，納膠飴一升，微火煎取一升半，分溫再服。如一炊頃，可飲粥二升，後更服。當一日食糜，溫覆之。 ⁸⁶⁾	蜀椒와 乾薑은 溫中散寒하고, 人參과 飴糖은 補氣緩中한다. 諸藥合用하여 溫養建中하고 散寒止痛한다. ⁸⁷⁾	溫養中焦.
	十棗湯	十棗湯方：芫花(熬) 甘遂 大戟各等分。上三味，搗篩，以水一升五合，先煮肥大棗十枚，取九合，去滓，內藥末，強人服一錢匕，羸人服半錢，平旦溫服之，不下者，明日更加半錢，得快下後，糜粥自養。 ⁸⁸⁾	芫花는 消胸中痰水하고, 甘遂는 瀉經隧水濕하며, 大戟은 瀉臟腑水濕하고, 大棗는 補氣安中, 固護 正氣한다. 諸藥合用하여 破積逐飲한다. ⁸⁹⁾	養胃, 防峻劑傷正.
	人參湯(理中丸)	人參湯方 人參, 甘草, 乾薑, 白朮, 各三兩。上四味, 以水八升, 煮取三升, 溫服一升, 日三服。 ⁹⁰⁾	人參과 白朮과 甘草는 補益中氣하고, 乾薑은 溫中助陽한다. 諸藥合用하여 補中助陽하며 散寒降逆한다. ⁹¹⁾	助藥溫運脾陽.
粥清	救自縊死方	可少桂湯及粥清含與之。 ⁹²⁾	桂枝는 發汗解肌, 溫經通陽하며, 芍藥은 堅陰和營하고, 生薑은 溫中和胃하며, 大棗는 和營養血하고, 甘草는 調和諸藥하며 粥清은 補虛安中한다. 諸藥合用하여 救自縊死한다. ⁹³⁾	補虛安中
白飲和服	訶梨勒散	訶梨勒散方：訶梨勒十枚(煨)。上一味，爲散，粥飲和，頓服。 ⁹⁴⁾	訶梨勒은 苦酸澁溫하여 生用하면 理肺止咳하고 煨熟하면 固脾止瀉하는데, 粥飲에 복용하여 益腸胃하고 建中氣한다. 諸藥合用하여 斂肺澁腸하고 止利固脫한다. ⁹⁵⁾	利于散劑吞服, 養胃和中, 防藥散傷胃.
	乾薑人參半夏丸	乾薑人參半夏丸方：乾薑 人參 各一兩，半夏二兩。上三味，末之，以生薑汁糊爲丸，如梧桐子大。飲服十丸，日三服。 ⁹⁶⁾	乾薑은 溫中散寒하고 人參은 扶正補虛하며 半夏와 生薑汁은 瀉飲降逆한다. 諸藥合用하여 益氣溫中 降逆止嘔한다. ⁹⁷⁾	利于丸劑吞服, 養胃和中, 防藥丸傷胃.
	栝蒌瞿麥丸	栝蒌瞿麥丸方：栝蒌根二兩，	栝蒌根과 薯蕷는	利于散劑吞服,

	茯苓三兩, 薯蕷三兩, 附子一枚(炮), 瞿麥一兩. 上五味, 末之, 煉蜜丸梧子大, 飲服三丸, 日三服, 不知, 增至七八丸, 以小便利, 腹中溫爲知. ⁹⁸⁾	生津潤燥止渴하고, 瞿麥과 茯苓은 淡滲利水하며, 健脾利濕하여 利小便하고, 炮附子는 溫養化氣한다. 諸藥合用하여 助陽化氣하고 利水潤燥한다. ⁹⁹⁾	養胃和中, 防藥散傷胃.
栝蒌牡蠣散	栝蒌牡蠣散方: 栝蒌根, 牡蠣熬等分. 上爲細末, 飲服方寸匕, 日三服. ¹⁰⁰⁾	栝蒌根은 清解脾胃之熱하고 生津止渴하며, 牡蠣는 引熱下行하여 生津熱降하게 한다. 諸藥合用하여 養陰清熱하고 生津止渴한다. ¹⁰¹⁾	利于散劑吞服, 養胃和中, 防藥散傷胃.
葵子茯苓散	葵子茯苓散方: 葵子一斤, 茯苓三兩. 上二味, 杵爲散, 飲服方寸匕, 日三服. 小便利則愈. ¹⁰²⁾	葵子는 滑利通竅하고, 茯苓은 淡滲利水한다. 諸藥合用하여 滑利通竅하고 利水通陽한다. ¹⁰³⁾	利于散劑吞服, 養胃和中, 防藥散傷胃.
己椒藶黃丸	己椒藶黃丸方: 防己 椒目 葶藶(熬) 大黃各一兩. 上四味, 末之, 蜜丸如梧子大, 先食飲服一丸, 日三服, 稍增, 口中有津液. 渴者加芒硝半兩. ¹⁰⁴⁾	防己와 椒目은 辛宣苦泄하여 導水從小便而行하고, 葶藶과 大黃은 攻堅決壅하고 逐水從大便而出한다. 諸藥合用하여 分消水飲하고 導邪下行한다. ¹⁰⁵⁾	利于散劑吞服, 養胃和中, 防藥散傷胃.
當歸貝母苦參丸	當歸貝母苦參丸方: 當歸 貝母 苦參各四兩. 上三味, 末之, 煉蜜丸如小豆大, 飲服三丸, 加至十丸. ¹⁰⁶⁾	當歸는 活血潤燥하고, 貝母는 理氣解鬱하며 곁하여 治熱淋하고, 苦參은 利濕熱하고 除熱結한다. 諸藥合用하여 養血潤燥하고 清熱散結한다. ¹⁰⁷⁾	利于丸劑吞服, 養胃和中, 防藥丸傷胃.
麻子仁丸	麻子仁丸方: 麻子仁二升, 芍藥半斤, 枳實一斤, 大黃一斤(去皮), 厚朴一尺(去皮), 杏仁一升(去皮尖, 熬, 別作脂). 上六味, 末之, 煉蜜和丸梧子大, 飲服十丸, 日三服, 漸加, 以知爲度. ¹⁰⁸⁾	芍藥은 養陰調肝和脾하고, 杏仁과 麻子仁은 宣肺利腸潤燥하며, 大黃과 枳實과 厚朴은 清胃泄熱滌腸한다. 諸藥合用하여 泄熱潤燥하며 緩通大便한다. ¹⁰⁹⁾	利于丸劑吞服, 養胃和中, 防藥丸傷胃.
半夏麻黃丸	半夏麻黃丸方: 半夏 麻黃等分. 上二味, 末之, 煉蜜和丸小豆大, 飲服三丸, 日三服. ¹¹⁰⁾	半夏는 化飲降逆하고, 麻黃은 宣發陽氣하여 散水飲한다. 諸藥合用하여 蠲飲通陽하고 降逆定悸한다. ¹¹¹⁾	利于丸劑吞服, 養胃和中, 防藥丸傷胃.
排膿散	排膿散方: 枳實十六枚, 芍藥六分, 桔梗二分. 上三味, 杵爲散, 取鷄子黃一枚, 以藥散與雞黃相等, 揉和令相得, 飲和服之, 日一服. ¹¹²⁾	枳實은 破滯行氣하고, 芍藥은 和營除血痺하며, 枳實에 桔梗을 배합하여 排膿力을 增強시키고, 鷄子黃으로 補氣血한다. 諸藥合用하여 化瘀行滯, 排膿去腐한다. ¹¹³⁾	利于散劑吞服, 養胃和中, 防藥散傷胃.
百合滑石散	百合滑石散方: 百合一兩(炙), 滑石三兩. 上爲散, 飲服方寸匕. 日三服. 當微利者, 止服, 熱則除. ¹¹⁴⁾	百合은 潤肺清心하고 益氣安神하며, 滑石은 清裏熱하여 利小便한다. 諸藥合用하여 滋陰清肺하고 清熱利尿한다. ¹¹⁵⁾	利于散劑吞服, 養胃和中, 防藥散傷胃.
茵陳五苓散	茵陳五苓散方:	五苓散은 化氣行水利濕하고	利于散劑吞服,

		茵陳蒿末十分，五苓散五分。上二物和。先食飲服方寸匕，日三服。 ¹¹⁶⁾	茵陳은 苦寒하여 清利濕熱退黃한다. 諸藥合用하여 利濕退黃하고 化氣行水한다. ¹¹⁷⁾	養胃和中, 防藥散傷胃.
	猪苓散	猪苓散方：猪苓 茯苓 白朮各等分。上三味，杵爲散，飲服方寸匕，日三服。 ¹¹⁸⁾	猪苓과 茯苓은 淡滲利水하고, 白朮은 健脾除濕한다. 諸藥合用하여 健脾利水한다. ¹¹⁹⁾	利于散劑吞服, 養胃和中, 防藥散傷胃.
	竹皮大丸	竹皮大丸方：生竹茹二分，石膏二分，桂枝一分，甘草七分，白薇一分。上五味，末之，棗肉和丸彈者大。以飲服一丸，日三夜二服。有熱者，倍白薇，煩喘者，加柏實一分。 ¹²⁰⁾	竹茹와 石膏는 清熱降逆止嘔하고, 白薇는 清虛熱하며, 桂枝와 甘草는 辛甘化氣하고, 棗肉은 補中益氣하고 爲丸緩調한다. 諸藥合用하여 清熱降逆하고 安中益氣한다. ¹²¹⁾	利于丸劑吞服, 養胃和中, 防藥丸傷胃.
	蜘蛛散	蜘蛛散方：蜘蛛十四枚(熬焦)，桂枝半兩，上二味爲散，取八分一匕，飲和服，日再服。蜜丸亦可。 ¹²²⁾	蜘蛛는 破結通利하고, 辛溫한 桂枝를 배합하여 厥陰肝經으로 들어가서 散寒氣한다. 諸藥合用하여 辛溫通利한다. ¹²³⁾	顧護脾胃, 緩蜘蛛桂枝烈性.
	蒲灰散	蒲灰散方：蒲灰七分，滑石三分。上二味，杵爲散，飲服方寸匕，日三服。 ¹²⁴⁾	蒲灰는 涼血散瘀하고 通利小便하며, 滑石은 清熱利濕하고 利下濕熱한다. 諸藥合用하여 涼血化瘀하고 泄熱利濕한다. ¹²⁵⁾	利于散劑吞服, 養胃和中, 防藥散傷胃.
	滑石白魚散	滑石白魚散方：滑石二分，亂髮二分(燒)，白魚二分。上三味，杵爲散，飲服半錢匕，日三服。 ¹²⁶⁾	滑石은 清利濕熱하고, 白魚는 消瘀行血하며, 亂髮은 止血消瘀한다. 諸藥合用하여 消瘀行血하고 通利小便한다. ¹²⁷⁾	利于散劑吞服, 養胃和中, 防藥散傷胃.
白粉 (內服)	甘草粉蜜湯	甘草粉蜜湯方：甘草二兩，粉一兩，蜜四兩。上三味，以水三升，先煮甘草，取二升，去滓，內粉蜜攪令和，煎如薄粥，溫服一升，差卽止。 ¹²⁸⁾	甘草와 蜂蜜은 甘平安胃하고, 米粉은 安蛔緩痛한다. 諸藥合用하여 安蛔緩痛한다. ¹²⁹⁾	和胃緩急.
白粉 (外治)	大青龍湯	大青龍湯方：麻黃六兩(去節)，桂枝二兩(去皮)，甘草二兩(炙)，杏仁四十個(去皮尖)，生薑三兩(切)，大棗十二枚，石膏如鷄子大(碎)。上七味，以水九升，先煮麻黃，減二升，去上沫，內諸藥，煮取三升，去滓，溫服一升，取微似汗。汗多者，溫粉粉之。 ¹³⁰⁾	麻黃湯보다 麻黃을 배로 써서 發汗力이 세고, 石膏는 清熱除煩하며, 生薑은 散風寒하여 解表邪하며, 大棗와 甘草는 益脾胃한다. 諸藥合用하여 發汗散陰하고 겸하여 清鬱熱한다. ¹³¹⁾	止汗
	蛇床子散	蛇床子散方：蛇床子仁，上一味，末之，以白粉少許，和令相得，如棗大，綿裹之，自然溫。 ¹³²⁾	蛇床子를 主藥으로 하고, 약간의 白粉을 배합하여 이루어진 것으로 溫腎散寒하고 燥濕殺蟲한다. ¹³³⁾	助蛇床子除濕.

- 70) 徐平. 『傷寒雜病論』中的食療思想及應用方法研究. 北京中醫藥大學 碩士論文. 2008. pp.1-149. 粳米의 효능은 上記 論文을 참고하여 기재하였음을 밝혀둔다.
- 71) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.603.
- 72) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. p.239.
- 73) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.238.
- 74) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. pp.131-132.
- 75) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.151.
- 76) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. p.85.
- 77) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.112.
- 78) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. pp.84-85.
- 79) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.297.
- 80) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. p.158.
- 81) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.644.
- 82) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. p.57.
- 83) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.504.
- 84) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.89.
- 85) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. pp.236-237.
- 86) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.313. 上記冊에는 去滓 다음에 “內炊頃, 可飲粥二升, 後更服. 當一日食糜, 溫覆之.”로 되어 있어 중간에 누락된 글자가 있다고 보고, 金匱要略辭典(p.14)을 보고 보충했다.
- 87) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. p.14.
- 88) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.397.
- 89) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. p.2.
- 90) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.274.
- 91) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. p.3.
- 92) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.761.
- 93) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. pp.234-235.
- 94) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.609.
- 95) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. p.156.
- 96) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.663.
- 97) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. p.7.
- 98) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.460.
- 99) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. p.238.
- 100) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.131.
- 101) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. p.236.
- 102) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.665.
- 103) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. pp.287-288.
- 104) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.420.
- 105) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. p.28.
- 106) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.664.
- 107) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. pp.106-107.
- 108) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.358.
- 109) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. p.277.
- 110) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.555.
- 111) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. p.93.
- 112) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.633.
- 113) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. p.264.
- 114) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.132.
- 115) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. p.101.
- 116) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.539.
- 117) 艾華 主編. 金匱要略辭典. 北京. 學苑出版社. 2005. p.193.
- 118) 陳紀藩 主編. 金匱要略. 北京. 人民衛生出版社. 2002. p.577.

- 119) 艾華 主編, 金匱要略辭典, 北京, 學苑出版社, 2005, p.276.
- 120) 陳紀藩 主編, 金匱要略, 北京, 人民衛生出版社, 2002, p.684.
- 121) 艾華 主編, 金匱要略辭典, 北京, 學苑出版社, 2005, pp.113-114.
- 122) 陳紀藩 主編, 金匱要略, 北京, 人民衛生出版社, 2002, p.641.
- 123) 艾華 主編, 金匱要略辭典, 北京, 學苑出版社, 2005, p.314.
- 124) 陳紀藩 主編, 金匱要略, 北京, 人民衛生出版社, 2002, p.462.
- 125) 艾華 主編, 金匱要略辭典, 北京, 學苑出版社, 2005, pp.301-302.
- 126) 陳紀藩 主編, 金匱要略, 北京, 人民衛生出版社, 2002, p.462.
- 127) 艾華 主編, 金匱要略辭典, 北京, 學苑出版社, 2005, p.298.
- 128) 陳紀藩 主編, 金匱要略, 北京, 人民衛生出版社, 2002, p.642.
- 129) 艾華 主編, 金匱要略辭典, 北京, 學苑出版社, 2005, p.73.
- 130) 陳紀藩 主編, 金匱要略, 北京, 人民衛生出版社, 2002, p.402.
- 131) 艾華 主編, 金匱要略辭典, 北京, 學苑出版社, 2005, p.13.
- 132) 陳紀藩 主編, 金匱要略, 北京, 人民衛生出版社, 2002, p.726.
- 133) 艾華 主編, 金匱要略辭典, 北京, 學苑出版社, 2005, p.272.