

천연조미료(깨류)의 동양의학적 융합접근방법 고찰

민영실^{1,2}

¹중원대학교 한방산업연구소 소장, ²중원대학교 제약공학과 교수

A Study of Oriental Medicinal Convergence Approach for Natural Seasoning (Several Sesame Seeds)

Young-Sil Min^{1,2}

¹Director, Herbal Industrial Institute, Jungwon University

²Professor, Department of Pharmaceutical Science, Jungwon University

요약 본 연구는 천연조미료(깨류)의 '맛[味]'을 동양의학사상의 음양오행(陰陽五行)의 '상생상극(相生相克)' 원리에 의한 우리 몸의 오장육부와 그에 상응하는 관계가 건강관리와 질병을 예방하는 측면에서 고찰하였다. 천연조미료인 깨와 동양의학의 융합연구를 위하여 동양의학의 고전인 황제내경(黃帝內經), 동의보감(東醫寶鑑), 및 전문단행본, 논문 등의 기록에서 분석하였으며, 깨류의 섭취는 친화성이 있는 장부와 오미(五味)[산(酸) · 고(苦) · 감(甘) · 신(辛) · 함(鹹)]을 섭취하면 장수시대에 '건강수명'을 연장하는데 기여할 것으로 본다.

주제어 : 천연조미료, 동양의학이론, 친화성, 오미, 균형, 융합연구

Abstract This study was examined that natural seasoning is related to health care and disease prevention through oriental medicinal theory. A typical oriental medicinal theory is the principle of win-win cooperation between Yin-Yang and Five elements, the old belief is that our body moves in harmony with Yin-Yang and Five elements. From the records traditional books and papers, we would look at the affinity and nutritional relationship between Five taste(Sweet, Salt, Sour, Bitter, Heat and Spicy) and the body with "Sesame" Therefore, several type of Sesame which is represented by natural seasoning, through intake of Five taste because of body affinity, is expected to prolong health life span.

Key Words : Natural seasoning, Oriental medicinal theory, Affinity, Five taste, Body balance, Convergence approach

1. 서론

깨는 음식을 조리할 때 천연조미료로 주로 사용되는 것으로 참깨과(Pedalidaceae) *Sesamum indicum* L.의 씨로 검정참깨(黑芝麻)와 흰 참깨, 들깨(*Perilla frutescens* var. *japonica*) 등 3종류가 있다. 식용으로 양념과 부식으로 쓰이고 있으며 한의학에서 약용으로도 쓰이고 있다.

한의학에서는 약식동원(藥食同原)의 개념으로 약과 음식의 사이에 엄격한 경계가 없으며 이 두 가지를 질병의 예방과 치료에 약과 음식을 융합사용을 함으로써 몸 건강에 이롭고 보(補)가 되는 것으로 근원이 같으며, 음식과 약으로 양생하고 병을 치료하는 것이 동양의학의 특색 중 하나이다[1-3].

*This work was supported by the Jungwon University Research Grant (2017-023).

*Corresponding Author : Young-Sil Min(youngsil31@jwu.ac.kr)

Received July 16, 2019

Accepted August 20, 2019

Revised August 8, 2019

Published August 28, 2019

동양의학의 주요이론은 음양오행과 허실, 한열을 조절하는 것을 핵심으로 장부의 균형을 이루고 있을 때 건강한 것으로 보며, '불균형이 지속되면 질환이나 질병이 된다'고 보고 있다[4].

그러므로 섭취하는 음식물의 맛이 오장오부와 관련되는 원리를, 동양의학사상인 '음양오행(陰陽五行)의 상생상극원리(相生相克原理)'에 의한 오장오부기능의 균형관계를 동양의학의 고전인 황제내경(黃帝內經), 동의보감(東醫寶鑑), 및 전문단행본, 논문 등의 기록에서 동양의학의 원리로 분석하여 각 개인의 건강상태와 체질에 지나치거나 부족하지 않도록 적합한 방법으로 섭취하는 것이, 건강을 증진하고 질병을 예방하여 장수시대에 건강한 삶을 유지하는 방법의 기초 이론자료가 될 수 있다.

2. 연구목적

본 연구는 각 개인의 체질에 적합한 음식을 섭취하는 것이 몸을 건강하게 하는 기본적인 방법이며, 평소 음식을 조리하는 과정에서 자주 쓰이는 개의 기미(氣味)섭취가 '오장오부(五臟五腑)의 허(虛)·실(實)에 미치는 관계를 구분하여 몸 상태와 체질에 맞게 섭취하는 것이 장부의 균형을 이루게 하여 건강을 증진하고 질병예방과 건강수명을 연장하는 것을 목적'으로 고찰하였다.

3. 연구방법

3.1 적용원리(음양오행, 기미론)

음양오행의 원리는 정상적인 상생작용(相生作用)과 상극작용(相克作用)이 있고, 기능이 지나치게 과잉되어 병적으로 나타나는 상승(相乘)과 상모(相侮)하는 작용이 있으며[4], 섭취하는 음식의 맛(味)과 약성(藥性)의 귀경(歸經)은 오장의 기능에 작용하는 관계의 속성(屬性)이 있다[5].

음식을 섭취하는 것은 맛으로 먹으며, 몸에서 필요하면 욕구가 일어나 먹고 싶은 맛의 음식을 미각으로 찾아 먹게 된다[6].

그렇지만 약성(藥性)이나 성분은 욕구가 일어나 미각으로 느껴 찾아먹는 것은 쉽지 않다.

본 연구에서는 약성(藥性)과 성분의 효능은 배제하고 '맛' 즉 기미(氣味)와 장부의 기능 관계를 동양의학 원리를 기초로 연구하였다.

3.2 음양오행론(陰陽五行論)

동양철학은 음양오행의 기본법칙을 설정함에 있어서 '陽 + 陰 = 太極', '木 + 火 + 土 + 金 + 水 = 陰陽'의 공식으로 귀납(歸納)되는 것이며, '太極 = 陰 + 陽', '陰陽 = 木 + 火 + 土 + 金 + 水'로서 다시 연역(演繹)하기도 하는 것이니 이것이 만물의 척도이며 그 각각의 분합작용(分合作用)으로 발생(發生)하는 것이 음양오행의 운동법칙(運動法則)으로 [7], 木·火·土·金·水의 오운(五運)이 차례차례로 천지(天地)를 지배하여 일기(一期: 360日)를 순회하면 다시 처음으로 돌아가서 순환이 끝없이 반복하는데[8] 이러한 우주의 변화법칙(變化法則)으로 모든 변화가 이 법칙 밖에서 일어날 수 없다[7].

그러므로 음양 오행론은 우주 자연의 이치를 동양철학으로 표현하고, 인체와 연계(連繫)하여 자연과 하나가 되는 천인합일의 사상으로 몸을 건강하게 하고 질병을 예방하며 치료하고 양생(養生)하는 동양의학의 기본적인 이론이다[4].

3.3 상생(相生), 상극(相克), 상승(相乘), 상모(相侮) 원리

3.3.1. 상생(相生)작용의 원리

- 목생화(木生火)→화생토(火生土)→토생금(土生金)→금생수(金生水)→수생목(水生木) 다시 목생화의 순서로 반복된다[9], 상생의 원리는 일방적으로 작용하는 원리를 말하며 즉 목생화를 보면 나무가 타서 불을 생하는 것과 같으며 불은 나무를 생성하지 못한다.

3.3.2 상극(相克)작용의 원리

- 목극토(木克土)→토극수(土克水)→수극화(水克火)→화극금(火克金)→금극목(金克木) 다시 목극토(木克土)의 순서로 반복되는데[9,10], 이 원리는 우주자연의 원리로 불변(不變)이며[7], 극(克)의 원리는 일방적으로 억제하고 견제하는 원리로서 금극목(金克木)의 경우 쇠로 만든 칼이나 톱이 나무를 자르는 것과 같으며[10] 나무가 쇠를 극하지 못한다.
- 이러한 상생과 상극의 원리는 동양의학에서 임상에 적용하여 설명하고 있다.

3.3.3 상승(相乘)과 상모(相侮)의 관계

상생의기능이 과잉되어 병적인 상황에서 동시에 발생하는 것으로, 목기(木氣)가 지나치게 강하면 목기(木氣)는 토기(土氣)에 대하여 상승(相乘)하게 되는 것으로, 정상적인 극(克)의 균형의 관계 상태에서 목기가 지나치게 활성화 되어

토기를 과잉억제 하는 경우이며, 동시에 목기(木氣)와 금기(金氣)와의 관계는 상모(相侮)하게 되는 것으로, 목기(木氣)의 과잉으로 금기(金氣)가 목기(木氣)를 견제하지 못하는 상태의 관계를 말한다. 즉, 상승(相乘)관계는 상극(相克)의 관계가 지나쳐 병적으로 된 상태이며, 상모(相侮)관계는 목기(木氣)가 지나치게 활성화되어 금기(金氣)가 목기(木氣)를 견제하지 못하는 상태의 관계로, 단단하고 큰 나무는 작은 칼이나 톱으로는 잘려지지 않고 칼이나 톱이 도리어 부러지는 상황으로 목(木)이 금(金)을 업신여김이 되는 관계로 이해할 수 있다[4,10].

본 연구에서는 병적인 상태의 상승(相乘)과 상모(相侮)의 관계는 제외하고, 오행의 정상적인 상생 상극의 관계에만 국한(局限)하였다.

3.4 맛[味]의 오행분류 및 귀경의 근거

오장과 맛[味]의 분류는 '간(肝)은 목(木)으로 분류되며 맛으로는 산미(酸味)와 고소한 맛[11, 12], 그 냄새는 누린내 조(臊), '심(心)은 화(火)로 분류되며 고미(苦味), 높은 냄새 초(焦), '비(脾)는 토(土)로 분류되며 감미(甘味), 냄새는 향기(香氣)롭다.' '폐(肺)는 금(金)으로 분류되며 신미(辛味), 냄새는 비린내 성(腥), '신(腎)은 수(水)로 분류되며 함미(鹹味)'로 냄새는 짙은 냄새 부(腐)이다[13]. 이러한 원리는 황제내경 영추 오미편에 오미가 오장으로 각기 분별하여 들어가는 것은 맛[味]이 특정장부와 친화성(親和性)이 정해져 있다고 설명하고 있으며, 표로서 정리하여, Table 1과 같이 표현해 보았다[8,14]. 그러므로 정리된 표 Table 1에서와 같이 오미의 섭취는 친화성이 있는 장부의 정기(精氣)를 만들어 기능을 활성화를 하므로 맛은 인체 장부의 기능에 관련되어 영향을 미친다[13].

Table 1. Turn back to organs and Character of Five

Five	Wood	Fire	Earth	Steel	Water
tastes	sour	bitter	sweet	heat and spicy	salt
Color	Blue	Red	Yellow	White	Black
Turn back to organs	Liver & gall	Heart & small Intestine	Spleen & Stomach	Lung & large Intestine	Kidney & Bladder

4. 장부기능의 허·실과 섭취육구

4.1 장부기능의 허(虛)

사람은 태어날 때부터 장부의 기능이 균형이 맞아 태어나는 경우는 드물며 오장의 기능에 정도의 차이가 있고 균형이 기울어져 있다[15]. 그것은 건강한 상태에서 장부가 선호하는 맛 (Table 1)이 있고 그 맛을 즐겨먹는다면 그 맛의 친화적인 장부의 기능이 다른 장부보다 기능이 약(弱)하거나 허(虛)(부족)하여 인체에서 균형을 유지하려는 항상성기능이 먹고 싶은 육구로 나타난 것이다[16]. 또한 후천적으로 부상이나 수술 등으로 장기가 손상되었다면 기능이 원활하지 못하거나 오장간의 균형을 지속적으로 이루지 못하게 되어 약하거나 허한 것으로 본다[16]. 그러나 의존성이 있어 먹고 싶은 식품의 경우는 구분해야 한다.

4.2 장부기능의 실(實)

개인의 차이는 있지만 특정한 맛을 평소 즐겨먹지 않거나 심하면 먹고 싶지 않은 경우가 있는데, 이는 오행 원리로 분석해보면 Table 1에 제시한 맛과 장부의 상호관계가 실한 장부에 관계되는 기미(氣味)는 입에서 맛이 없거나 먹고 싶은 육구가 없는 음식이 되는 경우로 발견되는 예가 많았다. 이러한 경우 이미 몸에 그 맛이 충분하게 섭취를 했거나 그 맛과 친화성이 있는 장부가 실(實)하면 맛이 없게 느껴지며 구미(口味)가 당기지 않게 된다[17]. 그러나 신경이 예민해져 있거나 소화기능에 이상이 있고, 몸이 아주 쇠약하면 음식을 잘 먹지 못하는 경우와 장부가 실(實)한 것과는 구분해야 한다.

4.3 장부기능의 균형

특정한 맛을 지나치게 지속적으로 섭취를 하면 장부의 균형이 기울어져 질환이나 질병을 유발하게 된다.[14] 그러므로 음식물의 오미의 조화가 한편으로 치우치게 되면, 오미에 의해 육체를 손상하게 되며, 기(氣)의 작용이 너무 강하면, 정기를 손상하게도 된다[13]. 음식물의 맛은 입에 맞으면 몸에서 필요하여 요구하는 것이며 먹고 싶은 것은 Table 1을 참고하여 그 맛에 해당하는 어느 것이나 섭취하는 것이 옳으며, 입의 혀는 몸에 어느 물질이 필요한지 모두 기억하며 입맛으로 찾아 먹는데 충분할 때는 저절로 입에서 당기지 않게 된다[6,18]. 또한 기질의 편벽(偏僻)됨을 고치는 것은 운화(運化)에 달려 있으며, 사람 몸의 혈액과 오장 육부는 운화를 따라 번성하고 쇠퇴하여 잠시도 멈추지 않으며 기질의 운화를 따라 치우친 것을 고치면, 어려서 나약한 것이 자라서 강하게 되는 것이다[19]. 그러므로 음식의 맛은 장부의 허실과 기능의 균형에 작용을 한다.

5. 깨의 기미(氣味)고찰

황제내경 영추 오미편에 '오곡(五穀)에서는 참깨(호마:胡麻)는 산미(酸味)[11,14]로 분류하고 있으며, 또한 '고인(古人)은, 옛사람들은 마(麻)는 목곡(木穀)이라 하였다[5]'. 깨류는 일반적으로 볶아서 사용하거나 기름을 짜서 향미(香味)식품으로 쓰이고 있다. 생것과 볶은 것은 성미가 다른데, 날것은 성미가 한(寒)하며 볶으면 열(熱)해지는데[20], 깨를 볶으면 한약재를 포제(炮製)하는 것과 같은 기미(氣味)의 변화가 있다[13]. 이와 같은 내용을 한 눈에 확인해 보고자 깨의 종류별로 맛, 성미, 귀경을 Table 2로 정리하였다.

5.1. 검정참깨

- 호마(胡麻)(검정참깨) (Table 2, Black color sesame): '성질이 평(平)하고 맛이 달며(감:甘) 독이 없다[20]'. 흑지마(黑芝麻)의 성미(性味)는 감·한(甘·寒)으로 질(質)이 윤(潤)하며 다지(多脂)이다. 특이한 냄새가 좀 있고 맛은 텅텅하나 씹으면 매우 고소하다. 간(肝)·신(腎)·대장경(大腸經)에 작용한다[5].

- 흑지마유(黑芝麻油)(Table 2, Black color sesame oil) 호마유는 성질이 약간 차다(미한:微寒). 또는 몹시 차대(대한:大寒)고도 한다. 이것은 생(生) 검정참깨를 짜서 낸 기름으로 약으로 쓰는데 찌거나 볶아서 낸 것은 약으로 쓰지 못한다[20].

- 사용주의: 유윤다지(油潤多脂)하므로 대변당설(大便秘澀), 대변이상 혹은 대장질환에는 기(忌)한다[5].

5.2. 흰참깨

- 백유마(白油麻)는 (Table 2, White color sesame)'성질이 몹시 차고(대한:大寒) 독(毒)이 없다. 참깨는 2가지가 있는데, 흰 것은 폐(肺)를 윤택하게 해주고 검은 것은 신(腎)을 윤택하게하며 흰 참깨도 검정참깨와 같으나 빛깔을 가지고 구분한 것이다. 생(生)것은 성질(性質)이 찬데(한:寒) 볶으면 성질이 열(熱)해진다[20].

- 백유마유(白油麻油: 흰 참깨기름)은 (Table 2, White color sesame oil)'성질이 몹시 차고(대한:大寒) 냉(冷)하다고도 하며 독이 없다[20]'. 생으로 짠 것은 약에 넣고, 일반적으로 쓰이는 식용참기름, 깨소금은 볶은 참깨를 짠 것으로 일명 향유(香油)라고 하며 성미(性味)가 온성(溫性)으로 맛은 고소하게 변화된 것이다[2].

- 어금니 병과 비(脾)·위질(胃疾)에는 절대로 먹어서는 안 된다[2].

5.3. 들깨

- 들깨(임자:荳子)(Table 2, Perilla seed)는 성질이 따뜻하며(온:溫) 독이 없고 매운맛(신:辛)으로 폐(肺)로 귀경(歸經)한다[21]. 기침과 갈증을 그치게 하고 간(肝)을 윤택하게 하고 기(氣)를 내리며 속을 보(補)하고 정수(精髓)를 메워준다[2].

- 들기름은(Table 2, Perilla oil) 성질이 따뜻하고(溫) 맛은 매우며[荳] 폐(肺)로 귀경한다. 기(氣)를 내려주고 가래를 없애며 폐를 윤택하게 하는 효능이 있다[22]. 들기름 역시 볶은 들깨를 짠 것으로 성미(性味)가 온성(溫性)이며 고소한 맛으로 변화된 것이다.

Table 2. Turn back to organs and nature tastes of Sesame

Types	Character	Tatstes	Turn back to organs
black color sesame	Flat	Sweet flavor	Liver Kidney Large Intestine
black color sesame oil	Raw stuff: Extremely cold		
	Parch and Pan-broil : Warm	Taste of sesame oil	
white color sesame	Raw stuff: Extremely cold	Sweet flavor	Liver Kidney
	Parch and Pan-broil : Warm	Taste of sesame oil	
white color sesame oil	Raw stuff: Extremely cold	Taste of sesame oil	
	Parch and Pan-broil : Warm		
perilla seeds	Warm	Heat and spicy	Lungs
perilla oil	Warm	Taste of sesame oil	

6. 결론

본 연구는 깨류의 맛(氣味)을 동양의학의 오행론, 기미론으로 분석하여 장부의 허실에 맞게 섭취하므로 장부의 균형을 이루어 질병예방과 건강을 증진하여 장수시대에 건강수명을 연장하는 균형적 건강 섭생방법을 다음과 같이 정리하였다.[23,25]

6.1 깨의 기미(氣味)

- 검정참깨의 기미(氣味)를 본초학, 동의보감에 맛이 달

고[甘] 차며[寒] 독[毒]이 없고 매우 고소하다. 간[肝], 신[腎], 대장경[大腸經]에 작용한다.

- 흰 참깨도 검정참깨와 같으며 빛깔을 가지고 구분한 것이며 검정참깨는 신[腎]을 윤택하게 하고 흰 참깨는 폐[肺]를 윤택하게 한다.

- 들깨는 기미[氣味]가 따뜻하고[溫] 맛이 매우며[辛] 폐[肺]로 귀경[歸經]한다. 들깨도 볶으면 매우 고소한 맛이 나며 온성[溫性]이다. 고소한맛은 목[木]으로 분류되며, 볶은 깨류는 기름을 포함하여 모두 고소한 맛이 가장 많고 목[木]의 성미[性味]가 있게 된다.

- 색[色]의 오행분류는 Table 1에 정리된 것 처럼 흰색[白]은 금[金], 장부는 폐[肺], 대장[大腸]이며, 검정색[黑]은 수[水]로 장부는 신장[腎臟], 방광[膀胱]으로 분류한다.

- 맛[味]의 오행분류는 신맛과 고소한 맛이 목[木]으로, 단맛은 토[土], 매운맛은 금[金]으로 분류된다.

6.2 상생상극에 의한 섭취방법

- 깨의 대표적인 고소한맛을 지나치게 섭취하면 오행의 상극원리(相克原理)로 목극토(木克土)가 되어지며, 토[土]의 장부인 위장(胃腸)이 지속적으로 오래도록 목극토(木克土)의 관계가 되는 경우에는 위장이 약해지거나 질병을 유발 할 수도 있다. 따라서 위장이 약할 경우에는 적은양의 섭취로도 위장기능에 이상이 발생 할 수 있는 조건이 된다. 그러므로 위장에 병이 있다면 신맛의 음식과 고소한맛의 참기름, 들기름과 참깨와 들깨의 섭취는 목극토(木克土)가 되어 토[土]의 장부인 위장에 극(克)의 관계가 되며, 위장이 더 약해지기 때문에 깨류의 섭취를 제한하여야 한다는 오행의 논리가 성립 된다.

- 즉, 목극토(木克土)의 경우 균형이 기울어져 있는 관계이므로 약해진 토[土]기능의 균형을 이루려면 토[土]의 기능을 생(生)하여 강하게 하는 단맛의 기미를 섭취하고 상대적으로 강한 목[木]을 극(克)하는 금[金]의 맛[辛味]을 섭취하여 금극목(金克木)의 관계가 되게 하여 목[木]과 토[土]가 균형을 이룰 때 까지 목[木]의 신맛, 고소한맛의 섭취를 제한해야 한다.

- 그러므로 오행의 상극원리에 의한 목극토(木克土)의 관계일 경우에는 위장의 기능이 약하거나 병이 발생 될 요건이 되는데, 깨로 만들어진 식품이나 참기름, 들기름이 많이 들어있는 음식의 섭취는 적당하지 않다. 장부의 균형은 극(克)이 심한 경우에 기울어지고 그 상태가 오래 지속되면 건강을 해치게 된다.

- 깨로 조리한 식품을 만들거나 섭취 할 경우 기미(氣味)의 융합적인 조합(照合)은, Table 2에 정리한 것 처럼 깨류가 목[木]의 기운이 강한 식품이므로 오행의 균형을 이루는 배합(配合)은 매운맛으로 금극목(金克木)의 균형이 되게 하고 단맛으로 위장을 보호하는 기미의 조합을 하면 된다. 즉 고소하고 매콤하며 단맛이 조금 느껴지는 정도의 맛이다.

- 또한 한 번에 지나치게 많은 양의 깨 섭취는 대변의 이상(대변당설:大便澇泄)이 된다.

- 입맛은 몸에서 요구하는 음식섭취의 욕구로 나타나며, 생명을 유지하는데 '본질적 욕구'로서 영양성분이나 약성의 섭취욕구는 몸에서 뚜렷하게 나타나지 않는다.

다른 종류의 부속곡물, 혹은 다른 천연조미료에 대하여 동양의학의 오행론, 장부론[23-25]등으로 분석하여 건강하게 균형잡힌 섭생방법을 제시할 수 있도록 계속 연구하고자 한다.

REFERENCES

- [1] C. J. Ju. (2006). *Hanuiyagsig - Yagsigdongwon*. cheong hong. 50-57.
- [2] J. Heo. (1991). *Original station - Donguibogam*. Educational Developer. 646-1164.
- [3] B. J. Han. (1998). *One hundred of our foods that we really should know*. hyenamsa. 282-292.
- [4] Y. Ju et al. (2008). *Introduction to Oriental Medicine*. BoMyeongBOOKS. 32-55.
- [5] D. R. Kwon et al. (2012). *Chinese medicine basics and clinical application, Herbal Medicine*. Younglimsa publishing. 48-90, 940-946.
- [6] H. Y. Cho. (1999). *Pariciples of Tradicinal Chinese Medicine*. Academic publishing. 139-142.
- [7] D. S. Han. (2012). *Principle of Univers Change*. Daewon-book. 11-60.
- [8] Y. K. Baek. (1996). Partial interpretation of Yellow Emperor's Canon of Medicine - Woongi(Fortune). *Komoonsa*, 6(2), 201-207.
- [9] M. H. Lee et al. (2009). *Basic Oriental Nursing*. Seowonmedia.
- [10] J. W. Ji. (2010). *Chinese Medicine Essay*. Dongyok. 45-47.
- [11] D. S. Jang. (2007). *Science of "the book of Changes"*. CNUpress. 55-83.
- [12] S. J. Jang. (2006). *A study on the measures for increasing Naturopathy by means of Food therapy. - With focus on Science of Physical Constitution based*

- on 5 Elements. Seoul JangShin Univ. 63-120.
- [13] W. S. Hong. (1993). *Partial interpretation of Yellow Emperor's Canon of Medicine-SoMoon(YinYangFive elements theory)*. Komoonsa. 32-64.
- [14] W. S. Hong. (1993). *Partial interpretation of Yellow Emperor's Canon of Medicine - YoungChu (Physiotherapy)*. Komoonsa. 134-330.
- [15] Y. W. Lee. (2001). *Allergy cure to people who know*. Koryobook. 36-37.
- [16] M. H. Kim. (2017). *A Study on Qi-flavor and mutual complementary - exclusiveness of agricultural products (Grains)*. JungWon Univ. 75-105.
- [17] Y. S. Jo. (2011). *Oriental medicine on the table*. Hanulmplus. 286-287.
- [18] O. G. Kwon. (2002). *A journey throung the human body*. Jisungsa. 276-277.
- [19] H. K. Choi. (2004). *Gi Theory -Cosmology of a Korean in the 19th century-*. Tongnamoo publishing. 229-231.
- [20] J. Heo. (1999). *Whole translation-Donguibogam*. Beobinbook. 15(5) 1800-1811.
- [21] K. W. Shin. (2013). *Analytical Studies on Oriental Medicated Diet Therapy for Food Materials of Lung Channel Tropism*. WDU press. 30-181.
- [22] C. M. Kim et al. (2004). *Chinese Medicine Dictionary volum 1*. Jeongdambooks. 1653.
- [23] G. Boo, J. E. Paik & H. J. Bae. (2017). Evaluation on the Consumer Preference of Low-Sodium Korean Food. Chinese. *J Korean Soc Food Sci Nure*, 46(1), 115-122.
- [24] K. B. Yi et al. (2019). An Exploration into Life, Body, Materials, Culture of Mediaeval East Asia: Focusing on Emergency Medicine Recipes in Local Medicinals of Koryŏ Dynasty. *Korean J Med Hist*, 28(1), 1-42.
- [25] H. Kim, Y. J. Jeon & C. Y. Yun. (2018). A Study on the twelve earthly branches' Yin Yang, Five elements, Six Qi, viscera combination, Mutual collision and Mutual combination. *Journal of Haehwa Medicine*, 27(1), 9-20.

민 영 실(Young-Sil Min)

[정회원]



· 2004년 2월 : 중앙대학교 약학과(약학 박사)
 · 2004년 3월 ~ 2006년 2월 : 중앙대학교 분자조절신약개발 연구소(전임연구원)
 · 2007년 9월 ~ 2008년 2월 : 중앙대학교 (연구전담교수)

· 2009년 3월 ~ 현재 : 중원대학교 제약공학과 교수
 · 관심분야 : Health, Drug Science, Herbal Resources
 · E-Mail : youngsil31@jwu.ac.kr