특집 해설 自然食品

신비의 不老草 靈芝의 베일이 벗겨지다

⊙高血壓·動脈硬化症·狹心症등 각종 成人病에 有効
⊙抗癌作用-서울大藥大 金炳珏敎授팀報告
⊙히스타민의 억제·抗알레르기作用 입증
⊙生體恒性維持·免疫力增强·血行改善作用뚜렷

靈芝

영지(靈芝)의 약리적 효과에 대해서는 明나라의 의학자 李時珍이 그의 저서本草綱目에서 「장복하면 몸을경쾌하게하여 늙지않고 수명을 연장하며 신선에 이르게 한다」고 서술한바 있다.

1974년에 출판된 「中國藥用眞菌」에 의하면 영지는 健胃·健腦·強壯·利尿등에효능이 있으며, 증상으로는 신경쇠약·불면증·만성간염·위궤양·기관지염·위염등에 현저한 효능이 있다고 한다.

중국에서는 옛부터 영지를 不老草 또는 神仙草라 불러왔으며, 길조의 징표나 靈驗이 뚜렷한 神藥으로서 널리 알려졌다. 그러나 신선이 살고있는 심산이 아니면 좀체로 얻을수 없다고 믿었기때문에 어쩌다 발견되면 거국적인 축제를 벌였다고 한다.

漢書 武帝記에는 「궁중에영지가 들어왔기 때문에 천하태평의 징조라하여 축제를벌였으며 대사령을 내렸다」고 기록되어 있다.

영지에는 赤芝, 靑芝, 黃芝, 白芝, 黑芝, 紫芝의 6종류가 옛부터 알려져 있으며, 오래된 매화나무 10만그루 가운데서 2-3그루 정도에서발견되는 희귀성이 있다.

그러던 희귀한 약초가 중국과 일본에 이어 최근 우리나라에서도 인공재배에 성공하여 차츰 염가로 보급되기에 이르렀다.

현대에 사는 우리들은 20세기 후반부터 세균감염으로인한 전염성질환에 대신하여 염습해온 비전염성의 만성퇴행성질환인 암·고혈압·당뇨병·동맥경화등의 성인병에시달리고 있다.

이러한 현상은 물·공기·식품의 오염, 식품의 정백가공과 인스턴트화에 의한 영양의 언밸런스, 운동부족, 각종 스트레스등 복합적인 제반 요인으로 인하여 신체의 代謝레벨이 현저하게 떨어지는데서 일어난다는것이 공통된 견해이다. 그러므로 성인병은 약물에 의한 대증적인 치료로는 낫기어렵다는 것이다.

영지는 이러한 성인병의 예방과 치료에 기여하는 부작용이 없는 자연의 생약으로서 옛부터 上藥에 속한다.

서울대학교 약학대학 미생물약품화학교실의 김병각 교수팀은 영지버섯의 항암효과에 대한 연구논문에서 영지버섯의 항암작용이 매우 우수함을 보고하였다.

김교수팀은 한국산 영지버섯의 균사를 진탕 배양하여 얻은 균사체와 그 배양여액으로부터 고분자단백다당체를 추출하여 총양억제작용및 면역에 미치는 영향을 검토하였는데, 사코마 180 암세포를 흰쥐에 이식하였더니 영지를 투여하지 않은 10마리의 흰쥐는 4주내에 전멸된 반면에 영지 에키스 50㎎을 복강내에 주입한 10마리중 3마리는 암세포가 완전히 소실되었고, 나머지 7마리는현저하게 개선되었다는 것이다. 결국 87·6%의 암진행억제 효과가 있었다는 보고.

일본 近畿大學 東洋醫學研究所 有地滋교수팀의 연구보고에 의하면 영지버섯은 심근경색·협심증·고혈압·저혈압·동맥경화증·자율신경실조증·기관지천식·급만성간염·위궤양·만성위염·알레르기성 피부염·당뇨병·제암효과·치질·노화방지등에 탁월한 효능이 있다고 한다.

아리찌 교수팀은 동물실험 및 임상실험에서 영지버섯이 高脂血症과 혈전의 방지작용으로 성인병의 가장 두드러진 병변인 동맥경화를 예방하는 효과가 있다고 하였다.

또한 영지버섯은 히스타민의 발출을 억제하는 작용으로 알레르기성 질환에 유효하다는것이 입증되고 있다.

영지버섯에 함유된 고분자 단백다당체, 인터페론 인듀서, 게르마늄, 각종 미네랄·비타민·효소등 영양물질및 생리물질들은 生體恒常性의 유지, 면역력 증강, 혈행개선등의작용이 현저하여 代謝기능을 높이고 자율신경과 호르몬의밸런스를 유지하며 세균과 바이러스에 대한 저항력을 높여준다고 한다.

아리찌 교수팀의 임상실험에 의하면 간장장애나 위궤양등 소화기질환에 있어서도 50~80%의 치유율을 나타냈다고 한다.

그러나 이러한 치유율 보다는 영지버섯의 섭인병에대한 예방효과가 중요할 것이다.

한방에는 「未病」이라는 개념이 있다. 글자 그대로 「아직 병에 걸리지 않았다」는 상태를 의미한다. 그렇다고 건강체인가 하면 그렇지도 않다. 다시 말하자면 병에 걸리기 일보직전이지만 아직은 병이라고 할수없는 상태를말한다. 이러한 상태일때 신체에서는 여러가지 경보장치가 적신호를 보내게 된다. 그러나 현대의학의 병리학적 검사로는 아직 「이상 없다」고 진단하기가 일쑤이다.

한방에서는 未病일때 고치는 의사가 各醫라는말이 있는데, 과연 이 「예방」이야말로 醫學의 참된 과제가 아니겠는가.

영지버섯은 바로 그러한때에 효과적인 약초라할 것이다.

한방에서는 옛부터 약방을 세가지로 분류하되 上藥, 中藥, 下藥이라 하였다. 上藥이란 「생명을 양생한다」는 것으로 장기간 복용하여도 전혀 부작용이 없을 뿐더러 신체의 부조화를 개선하고 면역력을 길러 체력을 단련하는 약으로 영지는 이 상약에 속하는 것이다. 中藥은 체력과 성을 기르는 약, 下藥은 치료제를 의미한다.

이러한 上藥에 속하는 영지버섯의 인공재배가 성공하여 차츰 염가로 보급되기에 이르렀다니 반가운 소식이아닐수 없다.

그러나 언제나 좋은 일에는 마가 끼어드는 법이다. 근래 시중에는 종류를 알수없게끔 세절해서 포장한가짜 영지버섯이 오동나무 상자에 화려하게 포장되어 고가로 팔리고 있다.

구멍장이버섯과(Polyporaceae)에 속하는 버섯은 우리나라의 산야에 얼마든지 자생하고 있다. 이런것들은 1kg에 1천원 안팎으로 얼마든지 채취가 가능하다.

그런데 이런것들을 「영지」란 상품명으로 판다면 속아서 사는 사람들은 피해가막심할 것이다. 때로는 부작용을 일으키기도 한다는 것이다.

그러므로 소비자가 영지버섯을 구입할 때에는 다음과 같은 요령이 필요할 것이다.

첫째로, 영지버섯의 원형이 유지되어 있을것.

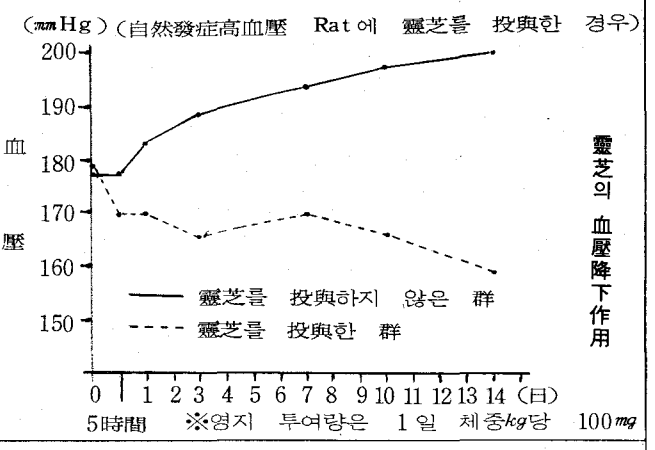
둘째로, 부패되었는가를 확인할것.

셋째로, 정량이 들어있으며 정상적인 가격으로 유통되는가를 눈여겨 살필것.

원형이 유지되어 있지 않은것은 일단 전문가에 의뢰하여 품질을 소상히 알고복용하는게 상책일 것이다.

	복용전	3주후	2개월후
트리글리세라이드	193	161	140
총 콜레스테롤	153	136	141
β-리포단백	510	350	333
GOT	189 U/L	201 U/L	63 U/L
GPT	206	207	156
T2TL	6.3	3.1	
T2TP	8.6	8.5	
A	24.6	26.4	18.0
혈당	361 ㎎/dℓ	305 ㎎/dℓ	215 ㎎/dℓ
뇨당	0.08 ㎎/dℓ	0.178 ㎎/dℓ	
구당	++	+	—
불면증	++	+	—
피로감	++	+	—
두중	+	—	—
이명	+	—	—

※20년간 만성간염으로 고생한 H씨(56세)의 영지복용 결과(日本 近畿大學 東洋醫學研究所 有地滋교수팀의 研究報告)



靈芝의 血壓降下作用

漢方에 健胃·健腦·强壯·利尿효과등 記述
부작용없고, 생명을 양생하는 上藥

國內 唯一의 셀레늄(Selenium)劑製

쎄레탄

연질 캡슐

1캡슐중의 함유량
Selenium 50 mcg
(Selenium yeast 83mg)
Vitamin E 200 I. U

적응증
심장질환, 고혈압, 감염성질환, 관절염, 視力疾患等 豫防

원료공급원: HIGH SELENIUM YEAST NUTRITION 21 NUTRITION 21. LA JOLLA. CALIFONIA 92038.

제조원: UNION PHARM. CO., LTD. SEOUL. Busan. Korea

유니온製藥株式會社
本社: 釜山市 東萊区 巨堤洞 714의 16番地
電話: 82-4285·82-5286番
서울事務所: 서울特別市 恩平区 佛光洞 286-51
電話: 385-4728·387-1584番