

<9면에서 계속>

장했고 자전거전용도로는 적색으로 1m가량 포장되어 있었다.

둘째, 환경문제는 어떠한가. 필자는 70年代초부터 公害防止協會事務總長을 歷任하면서 환경 문제에 남달리 관심을 많이 가지고 있었기에 주의깊게 살펴보았는데 여기에도 행정당국의 세심한 배려와 시민의식이 높다는 것을 피부로 느낄 수가 있었다. 우선 도시도로(인도)에 담배꽂초가 하나도 버려져 있지 않았고 껌자국하나 없이 깔끔했다는 것에 감명받아 大阪성인병센터의 佐藤총장에게 센터의 上下水道와 특히 廢水처리문제에 대하여 어떻게 처리하고 있는지를 물어보았다. 大阪센터의 병원적출물은 자체 소각로에서 매일 소각처리하고 폐수도 자체처리장을 센터 建立당시 건설해 현재까지 처리하고 있다는 것인데 每月 大阪市환경보건부에서 이상유무를 조사해간다고 했다.

日本の 환경문제는 60年代 公害病발생사건이후 環境六法을 제정하여 아주 철저히 시행하고 있다는데 각 가정의 쓰레기처리를 보면 폐기쓰레기는 검정비닐봉지에, 재생용쓰레기는 활색봉지에 담아 집앞에 내다놓으면 격일제로 市청소차가 수거해 가고 있으며 下水처리장은 종말처리장, 中間처리장, 기초처리장, 3단계로 처리하고 있는데 일반 주택가는 빗물과 하수관을 별도로 구분배관하여 下水만을 처리하고 특정지역(공단)에는 유사한 폐수발생업체들만 유치하여 업체 자체 폐수처리장에서 一次처리하고 동공단 전체 방유장에 二次처리장을 여러곳을 합친 종말처리장에서 三次처리한다는 것이었다. 이렇듯 철저한 처리에서인지 京都府의 市内한 북판에 흐르는 京都川이 있는데 서울의 청계천과 비슷한 크기인데도 이 냇강에는 수정같은 맑은 물이 철철넘쳐 흐르고 있었을 뿐 아니라 시민과 어린아이들이 낚시질을 하고 있었는데 피래미 등을 낚아 올리고 있는 것으로 보아 日本의 下水처리사업은 성공적이라고 판단되었다. 大氣문제는 특이사항을 확인못했으나 Y셔츠를 3일간 입어도 깨끗한 것으로 짐작할 수 있었고 上水道문제는 日本全域에서 上水源오염이나 水道오염으로 문제된일이 60年代이후에는 한건도 없다고 한다. 그래서인지 大都市 어느곳이나 호텔에서도 수도물을 그대로 음용하고 있었다. 그리고 도심지, 주택가 등의 각종 상점을 가보면 그 많은 각종상품이 모두 점포내에 진열되어 있지 점포밖에는 깨끗했다. 심지어 전자자판기까지도 인도, 보도에 나와 있는 곳이 없어서 하도의 아해서 공설시장에 가보아도 마찬가지로 유사시 소방차출동에 아무런 지장이 없어보였다. 지금까지 日本의 좋은 點만을 몇가지 술회했는데 이는 결코 親日적인 思考에서가 아니라 잘못된 것을 버리고 좋은 것은 배우자는 憧憬에서 기술했다는 것을 다시한번 강조하고자 한다.

위에서 기술한바와같이 우리나라에도 정부의 국민건강증진법제정을 계기로 民, 官, 學界의 成人病豫防에 대한 철저한 意志가 새로워질 것을 기대해 마지 않는다. <끝>

<끝>

버섯균사체의 성인병에 대한 탁효원리

혈액순환 · 항암작용, 생리활성화에 유효

서양의 옛말에 “보헤미안 나무꾼은 감기를 모른다.”라든지 “버섯장수는 무병장수 한다.”라는 속담이 있다. 이는 ‘버섯을 많이 먹을 수 있는 기회가 있는 사람들’이라는 뜻이 숨겨져 있는 말로서 버섯이 인체건강에 미치는 효능을 짧고 함축성 있게 표현한 말이다. 동·서양에서 고대의학자들이 버섯은 건강장수의 식물이라고 인정해 오고 있는 것이다. 중국의 진시황도 버섯을 즐겼으며 로마의 폭군 네로황제도 버섯을 무척 즐겨서 버섯을 따오는 사람들에게 그 무게만큼의 황금을 주어서 ‘버섯왕제’라는 별명까지 얻게 되었다는 일화가 있다. 더우기 하루 서너시간의 짧은 숙면으로 충분한 건강을 유지하며 군사를 호령하던 프랑스의 황제 나폴레옹도 버섯 요리가 식탁에 오르지 않으면 짜증을 내곤했다한다. 최근에는 버섯이 특집으로 TV등 매스컴에서 관심을 갖고 방영되듯이 그 가치를 인정받고 있으며 이는 버섯균사체속에 약효성분들이 있음이 사실로 밝혀졌기 때문이다.

지난 9월호에 이어 지금까지 밝혀진 버섯균사체의 성분을 중심으로 설명하고자 한다. 첫째, 특수다당체 성분 및 둘째, 이중고리 리보핵산 성분에 대해서는 이미 기술한 바 있다. 셋째, 균사체에 함유되어 있는 에리타데닌은 버섯에만 존재하는 특이한 요소인데 혈중의 콜레스테롤 수치 및 세포내의 과산화지질을 분해하여 유리(遊離)시키는 역할을 한다. 이는 에리타데닌 성분이 부신피질에서 분비되는 카테콜아민을 조절함으로써 혈압을 조절하고 피를 맑게 한다는 것이다. 이는 여성들의 멘스시, 또는 복용후 2~3개월후 직접 확인할 수 있다. 가나마이신의 발견자로 널리 알려진 일본 우매자와박사와 캘리포니아 대학의 피터슨(PETERSON)박사의 동물실험에서 혈중 콜레스테롤 감소와 본태성 고

혈압을 가진 실험동물에 팔목할 만한 결과를 보고하고 있다. 더우기 에리타데닌 성분은 부신피질(髓質)에서 분비되는아드레날린을 조절하여 혈당을 조절하는 것으로 밝혀져 더욱 버섯균사체의 신비를 더해주고 있다. 넷째, 균사체가 함유하고 있는 또 다른 성분으로서 C-AMP (Cyclic Adenosine Monophosphate : 환 아데노신1인산)가 있는데 이는 세포의 제2전달물질로서 홀몬의 작용을 증폭시키거나 조절하는 물질로서 작용하여 제증상을 개선하는 효과가 있다. 인슐린 홀몬이 부족한 사람에게서 그 홀몬을 조절하는 작용을 함으로 혈당조절에도 큰 기여를 하게 된다. 그뿐 아니라 식욕증진, 피로를 없애고 좋은 컨디션을 유지하게 한다든지, 혈액이 좋아지거나, 숙면을 유도한다든지 알레르기 환자에게 큰 효과를 나타내기도 한다. 또한 정력증진, 배설작용이 호전되고 피부가 고와지며, 기미가 줄어들고 손발이 더워지는 등 생리활성화에 유효하다. 다섯째, 파이토헤마글루티닌은 과잉면역 억제작용이 있어서 알레르기억제를 개선하는 효과가 있으며 특히 기관지 천식 환자에게 권장한다.

이 파이토헤마글루티닌 (phytohemagglutinine)은 선대적인 항암작용이 있기 때문에 암세포만 골라서 공격하게 되는 것임으로 부작용없이 암환자에게 도움을 주게 된다. 암세포에 직접 작용하여 그 핵분열을 저해하기 때문에 암세포의 증식을 막아주는 것으로 알려지고 있다. 따라서 항암제 투여, 방사선 요법 등으로 오는 부작용을 완화시켜주고 면역세포의 활성화에 기여함으로써 다량투여에 따른 장기요법이 요구되는 성인병환자에게는 매우 이상적인 셈이다. 실제로 암환자에게서 극적인 효과로 소생되는 사례를 많이 보게 됨으로써 식이요법의 가치를 체험하게 된다. 버섯

균사체속에 숨어있는 그외 성분은 많겠으나 여섯째, GMP(구아닐1인산)는 혈전을 막아주고 혈액순환을 돕는 것으로 알려졌다. 지금으로부터 600여년전 중국의 명나라 오서(吳瑞)가 밝힌바와 같이 풍(風)을 막아 준다는 것이 상기한 에리타데닌 성분으로 인한 정혈(精血)작용도 생각해 볼때 설득력이 있게 된다.

마지막으로 언급하고 싶은 성분은 에르고스테롤 성분이다. 이 성분은 V_D의 생성을 돕고 뼈를 튼튼히 함으로써 구루병(골추병)을 막는 것으로 밝혀지고 있다. 현대인들의 환경이 햇빛의 부족과 칼슘성분 섭취가 취약한 여건에서 살고 있는 바 균사체에서 이를 극복할 수 있는 것이다. 특히 골다공증으로 위협받고 있는 폐경기 이후 여성들에게는 균사체속의 홀몬조절 성분인 C-AMP와 뼈를 튼튼히 해줄 수 있는 에르고스테롤 성분으로 인해 희소식을 접할 수 있게 된다. 지금까지 언급된 균사체의 특수성분외에 균사체의 일반성분으로 각종 필수아미노산, 각종효소, 무기질, 비타민류, 조단백 등이 풍부해 영양의 보고(寶庫)라 아니할 수 없다. 이러한 성분이 난치병, 고질병에 탁월한 효과를 나타내게 된다는 자료가 일본에서 꾸준히 밝혀지고 있다.

균사체의 특수다당체는 흉선(胸腺: THYMUS)의 영양소로서 작용하여 T림파구의 증식·활동력을 높여줌과 동시에 핵산의 일종인 이중고리 리보핵산은 세포내에서의 인터페론 생성을 촉진시켜서 바이러스의 증식 및 암세포의 분열을 억제하는 작용이 있음을 일본 도호구(東北)대학의 이시라 박사와 국립암연구소의 지하라 고로(千源)박사의 동물실험에서 보고되고 있다. 결론적으로 말해서 균사체(菌糸體)는 유기적인 면역증진·조절제로서, 아쥘반트(Adjuvant)로서 인정되고 있다.

謹賀新年

현대약품주식회사 국민병원

社長 李漢求 院長 宋泰善

서울시장서구하림동 二〇二 전화: 六九三(四二五一)

서울시서대문구북아현동 二三六(二二) 전화: 三二二(五一三)

녹색삼기술경제연구소 대한의학협회

理事長 李祥羲 會長 柳聖熙

서울시서초구방배동 一〇二(二二五) 전화: 五八五(九八八五)

서울시용산구동부이촌동 三〇二(二七六) 전화: 七九四(二四七六)

일동제약주식회사 제일약품주식회사

會長 李金器 社長 韓昇洙

서울시서초구양재동 六〇 전화: 五二六(三三〇三)

서울시서초구반포동 七四五(五) 전화: 五四九(七四五)

주식회사 의학신문사 한국베링거인질하림주식회사

社長 柳準植 會長 韓光鎬

서울시성동구농우동 一 전화: 四六九(二四二二)

서울시용산구한강로 三(四〇) 八八三 전화: 七九三(六三五五)

한일약품주식회사 일양약품주식회사

社長 禹正益 社長 鄭度彦

서울시성동구성우동 一(六五六) 四〇八 전화: 四六四(〇八六一)

서울시성북구하림동 二(四) 五 전화: 九二二(五二九一)