

■ 깨 · 참기름

참깨과에 속하는 1년생 풀로 키는 60~120cm 가량 된다. 밭에 심어 가꾸는 농작물로 온몸에 짧은 털이 나 있고 향기가 있다.

① 벌레나 독충에 물렸을 때 : 즉시 검은 깨나 참깨를 씹어 그 주위에 발라 준다.

② 갑자기 속이 쓰리고 위가 아플 때 : 찻숟가락으로 참기름 한 스푼을 마시면 효력이 있다. 아픔이 계속되면 한 스푼 더 마신다. 설사를 하고 아픔이 곧 멎게 된다.

③ 머리털이 빠지거나 흰 머리칼이 생길 때 : 검은 깨의 기름 600g과 마른 뽕잎 300g을 같이 달인 후 찌꺼기는 버리고 즙을 조석으로 머리의 피부에 발라 준다.

④ 부인의 하혈 : 검은 깨나 참깨의 싹 한 줌을 찿어 즙을 내고, 이것을 하루에 3회씩 식전에 찻숟가락으로 하나씩 복용하면 상당한 효과가 있다.

⑤ 뜨거운 물이나 불에 데었을 때 : 명주를 태운 잿가루에 참기름을 개어서 발라 준다. 처음에 붙일 때는 아프지만 후에는 새 살이 나옴과 함께 저절로 떨어지고 흉터도 없어진다.

⑥ 타박상의 증기 : 참깨를 씹어 상처에 바르는 한편, 검은 깨 기름이나 참기름을 소주와 같이 큰 숟가락으로 하나씩 끓여 하루 3회 복용한다. 경한 것은 2일, 중한 것은 7일 이내로 치료된다.

⑦ 산모(産母)의 젖이 모자

랄 경우 : 참깨나 검은 깨를 볶아 잘 으개서, 이것을 매일 3회씩 식후에 큰 숟가락으로 하나를 약간의 소금과 함께 뜨거운 물에 타서 마신다. 장기적인 복용이 효력 면에서 훨씬 좋다.

⑧ 팔다리가 차갑고 저리고 아플 때 : 검은 깨 1되를 잘 볶아서 으갠 다음 향아리에 담고 뜨거운 술 1되를 부어서 한 주일간 두었다가 매일 식전이나 식후에 3차례씩 1~2잔 따끈히 데워서 마시면 효과가 있다.

■ 낙화생

브라질 원산(原産)의 한해살이 풀로, 줄기는 입성(立性)과 포복성(匍匐性)의 두가지가 있다. 길이는 30~50cm이고, 각 마디에 4개의 깃 모양을 한 곁잎이 나온다.

열매는 고치 모양의 협과(莢果)로 땅 속에 들어가 있는데, 이것을 땅콩 또는 낙화생이라고 한다. 단백질 · 지방질이 풍부해 기름도 짜는데, 맛은 달며 독이 없고 성질이 쓰다.

① 각기병종(脚氣病腫)이나 가려움증 : 땅콩 껍질 한 사발을 3~5일간 계속해서 복용.

② 학질병 : 볶은 땅콩을 120g씩 하루에 3회로 식후 1시간마다 계속해서 먹는다.

③ 젖을 많게 하려면 : 삶된 돼지발 1쌍과 속 껍질 벗긴 땅콩 1근을 아주 물렁물렁하게 고아서 수시로 국물과 함께 먹으면 좋다. 파나 소금 같은 것은 일체 넣지 말아야 한다.

④ 불면증 : 신선한 땅콩잎 1~2뭉음을 삶아 그 물을 차 마시듯 수시로 마시면 좋다.

⑤ 오래된 각종 기침병 : 생땅콩 40g을 가루로 만들어, 이것을 끓여 매일 식후마다 복용하면 좋다. 장기적으로 복용하면 해수도 멎고 담도 제거된다.

■ 당근

무우의 한 가지로 보통 무우와 비슷하나, 붉고 뿌리의 껍질이 곱고 붉다.

① 오래 묵은 이질과 대장염 : 당근씨를 노랗게 볶아서 매일 식전에 생강차에다 7~8g씩 타서 마시면 된다.

② 심장쇠약과 불면증 : 매일 식사 때마다 날 홍당무 1뿌리씩을 장기 복용하면 효과가 있다.

③ 소아의 발진(發疹)이나 소변이 일정치 않을 경우 : 당근을 가늘게 썰어서 삶고 그 물을 수시로 마시면 좋으며, 여기에 황당(黃糖)을 넣게 되면 효과가 더욱 확실하다.

④ 식욕부진과 위장의 쇠약 : 당근을 잿불에 구워서 식전에 반 뿌리씩 장기 복용하면, 위를 튼튼히 하고 허파를 강하게 하는 효과를 얻는다. **[7]**

(자료 : 백만인의 의서 가정현방 동의원보(국립문화사))

