

체증 물리치고 소화 돕는 아가위

아가위는 능금나무과에 딸린 아가위나무의 열매다. 산사, 적과자, 산과자, 짙광이, 질구배, 아가배 등의 여러 이름이 있다.

아가위나무는 낙엽활엽중간키나무로 키가 4~5미터쯤 자라고 잎 모양은 단풍나무 잎을 닮았다. 4~5월에 하얀 꽃이 피고 9~10월에 타원 꼴의 지름 0.5~1센티미터쯤 되는 열매가 빨갭게 익는다. 아가위는 맛은 시고 달며 아이들이 더러 따서 먹는다. 중국에서는 아가위에 엿을 발라 꼬치에 꿰어 얼려서 시장에서 파는데 겨울철 과일로 인기가 있다. 중국 아가위는 우리나라에서 나는 것보다 2~3배쯤 크다.

아가위는 음식 재료로도 널리 쓴다. 찌서 씨앗과 껍질을 버리고 짓쪼은 다음 엿과 버무려 아가위 떡을 만들기도 하고, 잼을 만들기도 하며 청량음료의 원료로도 쓴다. 아가위는 익혀서 먹을 수도 있다.

아가위는 소화불량을 고치는 약으로 이름 나 있다. <물류상감지>라는 책을 보면 “늙은 닭의 질긴 살을 삶을 때에는 산사 열매를 넣으면 고깃살이 부드러워진다.”고 적혀 있다. 생선이나 고기를 삶을 때 아가위를 넣으면 잘 물러질 뿐만 아니라 해독작용도 있으므로 중독을 미리 막을 수 있다. 생선요리를 즐겨 먹는 일본에서는 아가위나무가 자라지 않으므로 조선 영조 때 우리나라에서 고기를 먹고 난 뒤에 후식으로 산사를 먹는 습속이 있다. 산사 열매는 특히 육류를 많이 먹어서 체했거나 소화가 안 될

때, 속이 더부룩할 때에 효과가 좋다. 산사에는 지방을 분해하는 효소가 들어 있는데 이 효소가 소화액을 잘 나오게 한다.

아가위는 성질은 약간 따뜻하고 맛은 시고 달다. 음식을 잘 소화되게 하고 혈압을 낮춘다. 삶아서 즙을 마시면 설사를 멎게 하고 삶은 물로 머리를 감고 몸을 씻으면 종기나 염증을 치료한다. 또 옷이 오른 데에도 효과가 있다. <본초강목>에는 이렇게 적혔다.



아가위는 음식을 소화시키고 육적(고기)에 체한 것)과 담음(늑막염), 합산(위산과다), 체혈통(어혈)을 없앤다. 두통을 없애고, 뿌리는 적취를 다스리고 반위(구토)를 치료한다. 오래된 것일수록 좋은데 찌서 씨를 버리고 말려서 쓴다.

아가위를 이용한 민간요법으로는 다음과 같은 것들이 있다.

※ 부인하혈

아가위를 말려 가루 내어 쑥을 달인 탕과 같이 먹는다.

※ 고기 먹고 체한 데

아가위 15그램을 물에 달여 마신다.

※ 노인요통

아가위 씨와 녹용을 같은 양으로 하고 볶아서 가루 내어 꿀로 알약을 지어 복용한다. 오동씨만하게 알약을 만들어 한번에 50알씩 하루 2번 먹는다.

※ 개고기 먹고 제한 데

살구 씨와 아가위 각 24개를 한꺼번에 푹 달여서 그 물을 마시면 푹 낫는다.

※ 임질

아가위를 태워서 가루 내어 꿀로 알약을 만들어 복용한다.

※ 산후복통

오래 묵은 아가위와 계지를 각 15~20그램씩 진하게 달여서 복용한다.

아가위는 심장부정맥이나 심근염 등 심장병에도 효과가 있다. 고혈압에는 아가위 열매보다 아가위 잎을 말려서 달여 먹는 것이 더 좋은 효과를 본다. 아가위꽃도 혈압을 낮추는 작용이 탁월하다. 아가위는 핏속의 콜레스테롤 함량을 낮추는 작용이 뚜렷한데 아가위꽃이 그 작용이 가장 세다.

고혈압이나 관상동맥경화로 인한 심장병에는 산사 열매 말린 것 35~50그램을 진하게 달여서 하루 3~4번 나누어 마신다. 산사 열매는 혈관을 확장시키고 혈류의 흐름을 좋게 하는 작용이 있어 혈압을 완만하면서도 지속적으로 낮춘다. 특히 핏속의 지방질을 없애는 효력이 크므로 동물성 지방질은 많이 먹어서 생긴 고혈압과 심장질환에 효과가 크다.ㄹㄹ