



엄마손으로 열을 내린다

이유명호/남강한의원장, 대한여한의사회 부회장

점 은 엄마가 어린 아기를 키우다 보면 경험
이 없다보니 허둥대기 일쑤입니다. 예전
— 같으면 집안에 지혜가 많으신 할머니가
일러주시기라도 하건만 요즘은 무조건 들쳐업고
병원으로 달려갑니다.

아이는 봄의 새싹처럼 양기가 뻗치는 존재인
지라 쉽게 열이 올라 걱정을 시키곤 하지요. 아이
는 감기가 들면 방어를 하느라 한바탕 열을 내어
싸우고 풀어 버리려는 생리를 갖고 있습니다. 스
스로 발열을 하여 들어온 병사를 막아내려는 노력
의 결과지요.

또한 차가운 것을 많이 먹든지 과식하여 체했
을 경우에도 배와 손발은 차고 머리는 뜨겁게 열
이 납니다. 이렇게 체했을 경우에는 상하 소통이
안되어 열을 일으켜 스스로 조절하려는 생리를 갖
고 있습니다. 그래서 아기들은 체온 조절 중추가
발달하지 못하고 어른처럼 알아서 옷을 입었다 벗
었다 할 수 없기 때문에 땀을 흘려 체온을 조절합
니다. 그런데 요즘은 약이 흔하다 보니 무조건 광
고에 나오는 해열제를 먹이는 경우가 많습니다.
그것 보다는 열을 내며 씩씩하게 병과 싸우는 아
기에게 간단한 처치를 해주며 침착하게 기다려 주
는 것이 필요합니다.

먼저 보리물을 먹이시고 약하게 관장을 해주
세요. 그 다음에 아기의 귓바퀴를 앞으로 접으면
맨 꼭대기 뾰족한 점을 소독한 바늘끝으로 가볍게
꼭 찌러서 따주면 됩니다. 아기가 아파할 것 같다
구요? 전혀 아프지 않습니다. 아기들은 통각신경
이 덜 발달해서 아픔을 덜 느낍니다. 이것도 어린
생명이 아픔으로 고통 당하지 않게 하려는 조물주
의 섬세한 배려라는 생각이 듭니다. 이렇게 하면
어느새 열이 내려 갑니다.

손발이 싸늘하고 젖을 먹지 않으며 배가 뽕뽕
하고 체해서 열이 난 경우를 말씀드립니다. 첫째
둘째 발가락 사이를 꼭꼭 누르고 비벼서 발등쪽으
로 올라 갑니다.

이렇게 둘째와 셋째 발가락 사이도 잘 눌러 준
다음 느슨한 양말을 신깁니다. 여기는 유명한 간
경락의 태충혈과 위경락의 내정혈이 있어 놀라거
나 소화가 안될 때 급체나 발열에 거의 약방의 감
초처럼 쓸 수 있는 강력한 구급혈입니다. 경락 이
론에서는 몸 위쪽의 막힌 것을 뚫어 주려면 아래
쪽으로 소통을 시켜 열이든 체기든 풀려 내리게
해주는 것이 순리입니다.

이렇게 한 다음 엄마의 따뜻한 약손으로 배를
싹싹 문질러 주면 차게 몽친 것이 풀리면서 손발
이 따뜻해 집니다. 원래 두한족열(頭寒足熱)로 머
리는 서늘하고 내장과 손발은 따뜻해야 소화가 잘
되고 열도 없고 건강합니다. 무조건 머리에서 땀
을 흘린다고 걱정할 일도 아니고 조금 열이 있다
고 급하게 해열제를 먹이는 것도 삼가야 할 일입
니다. 엄마의 불안은 아기에게 전염이 됩니다. 열
날 때 허둥대지 마시고 미리 아기의 그리고 엄마
자신의 혈을 찾아 연습해 보세요.

아기를 안아 주실 때 등뒤의 척추를 자주 쓸어
내려 주세요. 뇌에서 나온 신경이 몸으로 나오는
통로가 바로 등뼈거든요. 이곳에서 목젖히는 부분
에서 아래로 삼센티 옆으로 어깨뼈 모서리가 만나
는 오목한 곳에 풍문혈이 있습니다. 두 번째 흉추
옆으로 어깨뼈 사이에 있는데 바람이 들락 날락하
는 문이란 뜻이지요. 감기열이든 무슨 열이든 해열
되는 혈자리입니다. 자주 문질러서 단련을 시켜 주
시면 아주 좋습니다. 열나서 보채며 안아 달라고
하면 어깨뒤의 풍문혈도 같이 눌러 주십시오. **한방정경전**