



꿀벌이 주는 최고의 선물

超藥 - 초약 프로폴리스

-지난호에 이어서-

◆프로폴리스는 순수하게 먹는 것이 제일

2. 진(점액)을 포함하여 모두가 프로폴리스

프로폴리스에는 기원 식물에서 유래하는 진과 같은 물질이 포함되어 있으므로, 냉수나 온수에 타려고 하면, 수면에 그 성분이 떠오른다. 제품에 따라서는 이 진의 성분을 화학적으로 처리해서 복용하기 쉽게 한 경우도 있지만, 그 처리 방법 자체가 부작용을 낳는게 아닌가 하는 것이 나의 견해다. 프로폴리스는 이 진도 포함해야 비로소 본래의 프로폴리스의 성분이 되는 것이다. 따라서 수면에 뜬 진도 함께 마시기 바란다.

액체 타입의 프로폴리스를 사용할 경우에는 먼저 컵에 프로폴리스 원액을 넣고, 그 위에 냉수나 온수를 부으면, 진의 성분도 녹일 수 있다. 이런 방법이면 컵에 진이 부착되지도 않고, 전부 마실 수 있을 것이다.

또한, 액체 타입을 먹는 방법에서 문제로 지적하고 싶은 것은 원액을 '캡슐' 등에 넣어서 먹는 방법이다. 이 방법에는 우선 '캡슐'이 위 안에서 녹았을 때, 원액이 직접 위벽을 자극한다는 문제가 있다. 프로폴리스 액을 외용에 사용했을 때 상처에서 느끼는 강력한 자극을 생각하면, 좋고 나쁜 것은 충분히 판단될 것이다.

또한 이 방법은 프로폴리스 액을 마셨을 때 입 안과 목, 식도 등에 차례로 주는 좋은 영향을 처음부터 포기한 것이라 하겠다. 물계 탄 액으로 양치를 하면 충치예방과 잇몸의 강화효과가 있다고 하며, 목구멍의 점막 염증방지와 강화 등의 작용도 있다. 그리고 이들은 당의를 씹은 정제 타입의 것과 '약을 싸서 먹는 종이'를 사용해서 먹게 하는 방법에도 공통된다.

◆프로폴리스의 적정량에는 개인차가 있다.

1. 목적에 따라 틀리는 적정량

복용하는 양에 대해서도, 몸 '컨디션'과 체질, 증상 등에 따라 적정량에는 개인차가 있다고 생각되며, 한마디로 얼마를 복용하는 것이 최적이라고 할 수 없다. 단, 일반적으로 건강유지를 목적으로 건강한 사람이 먹는 양으로는 액체 타입이면, 하루 10~20 방울, 정제 타입이면, 10알 전후를 2~3회로 나누어서 먹는 방식이 적합하다고 본다.

그리고 감기에 걸렸다고 할 때, 피로가 안 풀린다, 식욕이 없다, 열이 있는 듯 싶다는 등, 몸 '컨디션'이 불안스러울 때는 건강 회복의 의미에서 약간 많이 한다는 등, 자기 판단으로 양을 조절해도 좋을 것이다. 단, 프로폴리스는 어디까지나 건강보조식품이기 때문에, 건강한 사람도 병이 있는 사람도 양을 늘려 대량을 먹는다고 해도 해가 되지 않는다. 또는 다른 약과 병용해도 문제가 일어나는 일은 없다.

이 책에는 하루에 정제 타입 프로폴리스를 50알~100알 먹고, 병의 개선에 효과가 있었다는 얘기가 나온다. 그러나 물론 일반적인 건강유지를 목적으로 한 사용방법으로는 이렇게 많은 양이 필요가 없다. 큰 병을 앓고 있는 사람이라도 대사, 흡수력이 우수한 사람이라면, 5~10알을 계속적으로 먹는 것 만으로도 충분한 효과를 얻을 수 있다고 한다.

2. 대량섭취는 체험에 의한 지혜

암을 비롯한 어려운 병에 걸려있는 사람의 경우, 대량의 프로폴리스를 먹는다면 효과가 있다는 것을 알게 된 것도 실은 최근의 일이다. 전에는 나도 프로폴리스 사용방법에 대해서 문의를 받았을 때 너무 많은 양을 권하는 데에는 일종의 불안감이 있었던 것이 사실이다.

그러나 실제로 투병하고 있는 사람들이 대량으로 복용했을 때의 체험담을 나에게 보내오게 되었다. 나로서도 프로폴리스의 대량섭취 효과가 전국의



많은 프로폴리스 사용자들이 가르쳐 준 지혜라는 것을 고백해야 할 것이다. 단, 대량을 사용할 경우에는 특히 첨가물이 들어있지 않은 순수한 프로폴리스 제품을 선택하는 것이 절대조건이다.

그러나 아무리 대량으로 사용하는 것이 좋다고 해도, 예를 들면, 하루에 액체 타입 프로폴리스 40~50방울을 먹는 것은 건강한 사람이라도 상당히 고통스러운 일이다. 더구나 방사선, 항암제 등의 영향으로 액체를 삼키기 어려워진 사람들에게는 불가능에 가까운 것이다.

또한 액체 타입은 아무리 해도 마시기 어렵다는 사람도 있다. 이런 경우에는 반은 정제 타입으로, 반은 액체로 복용하게 하면, 비교적 쉽게 대량의 프로폴리스를 먹을 수 있게 된다. 흡수의 효율을 생각하면, 특히 병으로 체력이 약해진 사람, 고령의 경우는 액체타입을 먹는 편이 좋은 결과를 보인다는 것이 사실인데, 우선 일정량을 먹을 수 있는 방법을 자기만의 것으로 하는 것이 중요하다.

그리고 당연한 것이지만, 대량의 프로폴리스를 일생동안 사용하지 않으면 안 된다는 법칙은 없다. 병세가 개선된 후에는 그 건강을 유지할 만큼으로 양을 줄여도 아무런 문제가 일어나지 않는다. ‘메이커’나 판매회사에 따라서는 양을 줄이는 지도를 게을리하고, 언제까지나 대량으로 계속 사용하지 않으면 안 된다는 암시를 걸려고 하는 사람도 있는데, 정확한 정보를 토대로 사용자의 병과 함께 싸운다는 진지한 자세를 가지는 ‘메이커’라면 그런 악덕 상법 비슷한 판매방법은 취하지 않을 것이다.

◆프로폴리스는 정보와 함께 구하자

현재는 ‘뿔’에도 힘입어, 많은 ‘메이커’에 의한 프로폴리스 제품이 팔리고 있다. 따라서 어떤 제품을 사용하면 좋을지 갈피를 잡지 못하는 사람이 많을 것으로 생각된다. 그 판단 기준의 하나가 사용자를 위한 상담 창구의 존재이다. 지금까지 얘기해 온 바와 같이 프로폴리스 사용방법은 사람마다 틀리며, 자기에게 적합한 사용법을 찾기 위해서는 경험이 풍부한 사람의 충고가 필요하다고 하겠다. 또한 사용 중에 있을 때도 병세의 변화에 따라 양을 줄이던가, 사용방법을 연구하는 등의 ‘노하우’가 필요하게 되는 경우도 많다. 프로폴리스 자체가 그 효과와 메카니즘이 명확히 해명되어 있는 것이 아니므로, 믿을 수 있는 것은 풍부한 경험과 지식 밖에 없다. 자신이 자기에게 적합한 사용방법을 모색할 수도 있겠지만, 빨리 알기 위해서는 이런 창구가 있는 ‘커뮤니케이션’을 증시하는 ‘메이커’를

선택하는 것을 권한다.

나로서는 놀라운 일이지만, “프로폴리스를 사용하려면 병원치료를 거부하고, 프로폴리스에만 열중하라.”고 지도하는 난폭한 ‘메이커’도 있는 것 같다. 앞서서도 말해왔지만, 이런 서양의학 거부자세는 옳다고 할 수 없다. 그것은 빨리 치유될 가능성이 있는 병을 공연히 오래 끌게 하던가, 또는 치유가 가능했던 병을 불치병으로 만들지도 모른다. 내가 아는 바로는 병원에서 제대로 치료를 받고, 약도 정확히 복용하며, 여기에 프로폴리스의 ‘씨포트’를 기대는 방법이 가장 좋은 결과를 얻을 수 있다고 생각된다. 서양 의학적인 방법은 예를 들면, 암이라면 암의 병소를 철저히 공격하려는 만큼, 그 파괴력도 대단히 크다. 그 힘을 이용하며, 여러 부작용을 프로폴리스로 누른다는 것이 병에 대한 최강의 포진이라 생각한다.

‘메이커’에 따라서는 이런 정보를 제공하기 위한 ‘커뮤니케이션’을 귀중히 여기는 곳과 그렇지 않은 곳이 있다. 이것은 이러한 사용 방법에 관한 플로우가 얼마나 중요한 의미를 가지고 있는가를 이해하고 있는가, 또한 많은 경험과 노하우를 가지고 있는가, 없는가에 따르는 차이라고 하겠다. 백화점의 건강식품 매장에서 대량 판매되며, 통신 판매되는 프로폴리스 제품에 이런 대응을 기대한다는 것은 상당히 어렵다고 하지 않을 수 없다.

나는 프로폴리스를 ‘메이커’와 판매회사가 직접 ‘페이스 투 페이스’의 판매방법을 취하고 있는 회사로부터 구입하여야 한다고 권하고 있는데, 이것은 대면 판매를 실시하고 있는 ‘메이커’라면 적어도 얘기를 나누고 있는 동안에 프로폴리스에 대해서 그 회사가 가지고 있는 자세를 감지할 수 있을 것이라 생각하기 때문이다. 유감스럽게도 방문판매의 ‘스타일’을 취하고 있는 회사들 중에는 판매를 할 때만은 대면판매를 하고 있지만, 그 때만의 대응에 그치고, 판매 뒤에는 언제 보았던가 하는 태도를 보이는 경우도 있다. 많은 업자들 속에서 자기에게 가장 적합한 프로폴리스 활용법을 찾아내 주는 ‘메이커’를 독자 여러분이 만나게 되기를 바란다.

◆프로폴리스의 진은 혼장

액체 프로폴리스를 이용하고 있는 사람들 중, 컵이나 찻잔에 부착된 진(찌꺼기) 때문에 고민하고 있다는 이야기를 들었다. 진 자체에 독성이 있는 것은 아니지만, 유리 등 투명한 용기에 진이 부착해 보려면 내부가 검은 갈색이 되어 보기 좋다고는 할 수 없는 것이 사실이다. “진이 컵 밑에 두껍게 부



착되면 오히려 프로폴리스를 계속적으로 복용하고 있다는 실감이 나며, 혼장 같이 생각된다.”는 사람도 있는데, 여기까지 달관하는 것은 대단한 일이다.

확실히 프로폴리스의 진은 물로 씻는 정도로만 간단히 지워지지 않는다. 따라서 프로폴리스 용의 컵과 찻잔은 내부가 짙은 색으로 된 도자기를 택하는 것이 좋겠다. 프로폴리스 액이 그 컵이 아닌 곳에 부착된 경우에는 ‘티슈 페이퍼’ 등으로 즉시 닦아 버리면 된다. 직후라면 깨끗이 지워지는 것도, 시간이 지나면 누렇게 부착되어 좀처럼 지워지지 않게 된다. 만약 이런 자국이 생긴 경우나 컵의 진을 깨끗이 지워버리고 싶으면, 약국에서 팔고 있는 소독용 ‘에탄올’을 천이나 ‘키친 타올’에 묻혀서 그것으로 닦으면, 비교적 간단히 지울 수 있다.

◆ 프로폴리스+α로 만들어지는 높은 효과

1. 기계적 혼합은 효과를 격감시킨다.

프로폴리스로 대단히 많은 제품이 나오고 있다는 얘기를 했는데, 최근 내가 주목하고 있는 몇 개의 제품이 있다. 그것은 프로폴리스와 한방약 원료인 덴시치 인삼, 또는 프로폴리스와 배합하여 주로 외용에 사용함으로써 높은 효과를 발휘하는 것으로, 소위 ‘호오스 마크 크림’이라는 것이 있다.

프로폴리스라는 것은 대단히 이상한 성질을 가지고 있으며, 일반적으로는 다른 성분과 혼합되면서 효과가 격감한다는 것을 경험에 의해서 알고 있다. 그것이 같은 꿀벌에 유래하는 벌꿀, 로얄제리라 할지라도 완전히 혼합되면서 효과가 격감한다는 것을 경험에 의해서 알고 있다. 그것이 같은 꿀벌에 유래하는 벌꿀, 로얄제리라 할지라도 완전히 혼합되어 화학적으로 결합하여 단 물질이 되어 버린 경우에는 프로폴리스다운 작용을 발휘하지 않는다. 1 더하기 1이 2가 된다면 모르지만, 1 이하가 되어 버리는 경우도 있다는 것이다. 따라서 배합한다고 하더라도 그냥 기계적으로 섞으면 안 된다는 것이다. 미묘한 배합률을 철저히 연구하는 등 제법상의 특수한 노하우 전부를 숙지한 후에 배합하는 것이 필요하다.

다음 항목부터 소개하는 것은 이러한 프로폴리스+α의 제품 특유의 제조상 문제를 ‘명확히’ 하고, 사용자로부터 높은 평가를 받고 있는 것들이다.

물론 그냥 프로폴리스만을 사용해도 효과가 나타난다는 사람은 많다. 그러나 이것을 100알을 먹어도 별 효과가 나타나지 않는다는 사람이 있는 것도

사실이다. 이런 사람일지라도 덴시치 인삼, 로얄제리를 배합한 이런 제품을 이용하면, 놀라울만큼 즉시 결과가 나타나는 경우가 있다. 특히 암들 중에서도 당뇨병과 고혈압 등을 함께 앓고 있는 중증인 사람과 투병으로 체력이 떨어진 사람, 또는 호흡기계, 순환기계 병인 사람에게는 덴시치 인삼이 들어 있는 프로폴리스의 효과가 높다. 또한 부인과계의 병 이외에 간장병, 간암에 걸린 사람이 로얄제리가 혼합된 프로폴리스를 이용하면, 경과가 많이 달라진다고 한다.

2. 유효한 경험자의 어드바이스

앞에 말한 바와 같이 프로폴리스를 사용하는 데 어떤 방법이 좋은가 하는 것은 개인차가 있다. 그것은 활용하려는 대상에 덴시치 인삼이 들어있는 프로폴리스나 로얄제리가 든 프로폴리스를 합쳐도 마찬가지라고 생각할 수 있다. 즉, 사용하려는 사람의 체질과 컨디션, 또는 병의 종류와 상태에 따라, 어떤 프로폴리스를 얼마만큼 사용하면 최대의 효과를 기대할 수 있는가 하는 것이 결정된다. 사실상 사용방법이나 배합을 바꾸면, 프로폴리스의 효과도 달라진다. 아마도 몸 컨디션이나 병에 따라 흡수력도 다르고, 몸이 요구하는 성분도 다르기 때문일 것이다. 물론 흡수력에 불안이 있는 사람에게는 액체타입이, 중환자에게는 덴시치 인삼이나 로얄제리가 든 것 등과 프로폴리스 100%인 것을 병용하는 것이 좋다는 등의 ‘베이스’가 되는 노하우는 있지만, 이런 것은 많은 경험과 정보에서 이끌어 낼 수밖에 없는 것이 현실이다. 따라서 여기에 상세히 말하기는 어려운 것이며, 또한 무의미한 것이 아닌가 싶다.

만약, 여러분 주위에 프로폴리스의 모든 것을 잘 아는 경험자가 있으면, 자기에게 적합한 사용방법에 대해서 솔직히 상담할 것을 권한다. 혼자서 시행착오를 거듭하면서 유효한 방법에 도달할 수 있을지 모르지만, 여기에는 반드시 시간이 걸리게 된다. 만약 자기의 병세가 긴 시간을 허락해 주는 것이라면 몰라도…….

나에게 많은 사람들이 상담과 문의를 해온다. 여러 가지 사정을 듣고 가능한 ‘어드바이스’를 하고는 있지만, 실제로는 전화와 편지로 하는 ‘커뮤니케이션’으로 제한적이라고 하겠다. 따라서 현재 각지의 ‘프로폴리스의 광장’ 회원들의 협력을 얻어, 가장 정확한 프로폴리스 활용법을 ‘어드바이스’할 수 있게 된 것은 우리 활동의 커다란 의의라고 생각하고 있다.

- 다음호에 계속 -