

생약재 활용

민간요법

담석증일 때

매실차

매실에는 담즙의 분비를 활성화시키고, 담낭을 수축시키는 작용이 있어 담석이 생기거나 커지는 것을 막는 효과가 있다. 매실·오매 등의 약효는 비슷하지만 담즙의 분비를 촉진하는데는 오매의 효력이 특히 뛰어나다. 오매는 탕으로 달여 하루 1회 따뜻하게 마시면 담석증을 예방해 주고, 매실은 차로 끓여 마시면 담석증의 격심한 고통을 부드럽게 진정시킨다.

옥수수수염 달인 물

옥수수 수염에는 담즙의

분비를 돕는 작용과 혈액속의 지방량을 줄이는 약효가 있다. 담낭염이나 담석증에는 말린 옥수수 수염 30g에 물 3컵을 붓고, 물이 반으로 줄 때 까지 달여 하루 3회씩 꾸준히 복용하도록 한다. 옥수수 수염 20g에 민들레 뿌리와 사철쑥 9g을 함께 넣고 달여 마셔도 좋은 효과를 낸다.

저혈압에

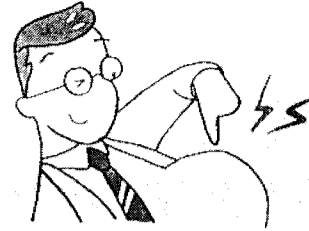
뽕잎 달인 물

옛부터 불로장수의 명약으로 알려진 뽕나무의 잎으로 만든 차를, 열매로는 술을 담가 마신다. 차를 만들 때는 새봄에 돋아나는 어린잎을 따서 햇볕에 바짝 말려 사용하는 것이 좋고, 열매는 6~7월에 따낸 것이 약효가 뛰어나다. 말린 뽕잎 10g에

물 3컵을 붓고 양이 반으로 줄 때까지 푹 달여 거른다. 걸러 낸 맑은 물을 차 대신 마신다. 열매는 포도주나 매실주를 담그듯이 적당량의 소주로 발효시켜 조금씩 마신다.

이질풀 달인 물

이질과 설사에 잘 듣는 이질풀은 산이나 들에서 흔히 볼 수 있는 다년초로 몸을 따뜻하게 해주는 약효가 있어 저혈압증에도 좋다. 꽃이 피는 8~9월에 잎·줄기·뿌리 등의 풀 포기 전체를 채취해서 햇볕에 말렸다가 결명자와 함께 하루에 10g씩 3컵의 물을 붓고 양이 반으로 줄 때까지 달여 3회로 나누어 마신다. 식후 30분~1시간쯤에 복용하도록. 같은 양의 말린 쑥과 섞어 목욕물에 우려내어 목욕해도



같은 약효를 얻을 수 있다.

가슴앓이·위하수

구운 다시마

다시마는 종양이나 부기 등을 낮게 해 주는 작용이 있어 예로부터 많이 이용되어 왔다. 최근에는 고혈압에도 효과가 있다는 사실이 알려져서 다시마를 잘 먹지 않던 구미 지역에서도 이용하고 있다. 또 속이 쓰릴 때도 '곤포환'이라는 한방약으로 만들어 사용하고 있다.

속이 쓰릴 때는 다시마를 구워서 가루로 만들어 하루에 4~6g 정도 먹는다.

쑥조청

소화불량과 속이 쓰릴 때 쑥조청을 만들어 공복에 먹으면 효과가 있다. 옛기름 또한 위를 튼튼하게 하고 소화를 돕는 작용을 하므로 만성 위장병에 쑥조청이 좋다. 쑥조청을 만들려면 먼저 쑥을 찌어서 즙을 낸다. 그런 다음 2시간 정도 물에 담가 두었던 옛기름물과 불린 찹쌀을 1:2의 비율로 냄비에 넣고 센불에 끓이면서 식힌다. 마지막으로 여기에 쑥즙을 넣고 약한 불에서 4시간 정도 고아 조청을 만든다. 식힌 쑥조청을 아침·저녁 공복일 때 1작은술씩 먹거나 찹쌀경단을 만들어 함께 먹는다.

국산찬약재 - 도매시세표

한국생약협회  
중앙가격사정위원회 제공

시세는 변동될 수 있습니다.  
(2003년 3월 31일 현재, 600g 상품기준)

품명	금액	품명	금액	품명	금액	품명	금액
<b>ㄱ</b>		통목단(通牧丹)	귀	오미자(五味子)	24,000	창이자(蒼耳子)	2,800
갈근(葛根)	각갈근 2,200 편갈근 2,000	목적(木賊)	2,500	오배자(五倍子)	4,500	창출	귀
(북)강활(羌活)	절 5,000	목통(沐通)	1,100	옥죽(玉竹)	3,500	(토)천궁(川芎)	절 10,500
(남)강활(羌活)	절 5,500	<b>ㄴ</b>		어성초	2,800	(일)천궁(川芎)	절 3,300
건강(乾薑)	절 3,500	박하(薄荷)	1,200	여정실	귀	천마(天麻)	25,000
감국(甘菊)	9,500	(토)반하(半夏)	大 18,500	영지(靈芝)	上 35,000 中 28,000	천문동(天門冬)	귀
감초	7,500	(원)방풍(防風)	8,500	연교(連翹)	5,700	천화분(天花粉)	3,000
결명자(決明子)	1,700	(식)방풍(防風)	절 1,800	우슬(牛膝)	절 3,500	초롱담(草龍膽)	귀
식고본(藜蘆)	절 4,300	백개자(白芥子)	귀	운지	3,700	치자(梔子)	5,000
(토)곽향	2,200	백선피(白鮮皮)	3,500	위령선(威靈仙)	귀	<b>ㄷ</b>	
구기자(枸杞子)	청양 12,000 진도 15,500	백지(白芷)	절 2,400	의이인(薏苡仁)	2,500	택사(澤瀉)	통 2,200 절 2,600
구절초(九節草)	3,500	백출(百朮)	절 上 13,500 中 12,500	음양곽(淫羊藿)	13,000	(원)토사자(兔絲子)	귀
구막(瞿麥)	2,800	백복령(茯苓)	자연 11,000	익모초(益母草)	절 1,200	<b>ㄹ</b>	
식갈경(桔梗)	통 20,000 절 10,500	복신(茯神)	8,500	인동(忍冬)	1,900	포공영(蒲公英)	통 2,500 절 3,000
<b>ㄴ</b>		복분자(覆盆子)	3,300	인진(茵陳)	1,100	<b>ㅎ</b>	
나복자(蘿蔔子)	귀	<b>ㄷ</b>		자단향(紫丹香)	1,300	(싸리)하고초	귀
남성(南星)	8,500	사삼(沙參)	통 5,600 절 6,000	(식)자초(紫草)	7,500	하고하	5,000
<b>ㄷ</b>		산수유(山茱萸)	上 9,000 中 7,500	(백)작약(白芍藥)	절 中 7,000 절 下 5,000	(백)하수오(何首烏)	절 上 5,500 中 3,500
(일)당귀(日當歸)	통 1,500	생산약(山藥)	22,000	산백작약(白芍藥)	귀	행인(杏仁)	귀
(토)당귀(土當歸)	통 1,800 절 3,000	식산약(山藥)	6,700	전호	절 4,500	향부자(香附子)	절 1,800
대계초	2,000	토산사(土山查)	3,200	지유(地榆)	귀	향유	1,500
대황(大黃)	3,400	삼백초	2,700	진범(秦兪)	8,000	현삼(玄參)	2,200
독활(獨活)	4,500	삼백피(桑白皮)	4,500	진피(陳皮)	절 550	현지초(玄草)	1,600
두충(杜沖)	上 3,300 中 2,700 下 2,000	석창포(石菖蒲)	귀	애지실(枳實)	12,000	현호색(玄胡索)	통 11,000 절 13,000
<b>ㄹ</b>		소자(蘇子)	3,500	소지실(枳實)	10,000	형개(荊芥)	1,200
백문동(麥門冬)		소염(蘇葉)	1,200	중지실(枳實)	8,500	황금(黃芩)	7,500
청양산 거심	중 8,000	속단(續斷)	9,000	지부자(地膚子)	귀	황기(黃芪)	6년근 65,000 3년근 40,000 1년근 5,000
막맥	7,000	승마(升麻)	귀	죽여(竹茹)	2,800	황백피(黃柏皮)	3,500
밀양산 거심	대 11,000 중 9,000	시엽	2,500	지골피(地骨皮)	귀	해동피(海桐皮)	5,500
목과(木果)	900	식시호(柴胡)	통 上 14,000	건지황(乾地黃)	大 5,500 中 4,500 小 4,000	(산)황정(黃精)	小 8,000
		<b>ㅇ</b>		지모(知母)	3,300	호장근(虎杖根)	1,800
		(토)오공(蜈蚣)	60,000	<b>ㅈ</b>		후박(厚朴)	3,100
		(원)오가피(五加皮)	2,500	차전자(車前子)	귀		
		(막)오가피(五加皮)	3,500	차전초(車前草)	3,500		