

생약재 활용

민간요법

불임증일 때

검은콩가루

검은콩에는 양질의 단백질과 지질, 비타민B1·B2가 많이 들어 있어 영양이 풍부한 우수식품이다. 또 약용으로서의 효과도 높아서 한의학에서는 보신효과가 있는 중요식품으로 취급하고 있다. 여러 가지 효능이 있지만 임신중인 사람이나 월경불순인 사람, 월경불순을 동반하는 불임증인 사람에게 좋다.

율무즙

최근 들어 건강·미용식으로 주목을 받고 있는 율무는 단백질, 지질, 철분, 비타

민B군 등을 다량 함유하고 있는 고에너지 식품이다. 신진대사 촉진, 자양·강장, 이뇨작용 외에도 월경불순을 치료하는에 효과가 크다. 그러나 율무는 자궁을 수축하는 작용도 하기 때문에 임신부는 먹지 않는 것이 좋고 몸을 차게 하므로 사프란이나 당귀를 달여 물과 같이 마시는 것이 좋다. 또 율무는 비만으로 임신이 안 될 때 꾸준히 마시면 살을 뺄 수 있어 좋다.

우영술

피곤하거나 몸의 컨디션이 좋지 않으면 임신이 되기 어렵다. 그럴 때 우영이 효과적이는데 우영은 강장효과가 높은 식품이기 때문이다. 또 우영에는 혈액순환을 촉진시켜 나쁜 피를 밖으로 내보내는 작용이 뛰어나다.

우영 뿌리 1개를 껍질채 깨끗이 씻어 1~2cm 길이로 썰어 소주 2컵을 붓고 1주일 정도 서늘한 곳에 두었다가 공복시에 1잔씩 마시면 좋다. 습진이나 알레르기성 피부염이 있는 사람은 많이 마시면 좋지 않다. 조립이나 볶음 등의 반찬으로 먹어도 좋다.

당귀뿌리 달인 물

당귀는 향기가 좋은 다년초로, 약용으로 사용되는 부

위는 뿌리다. 이 뿌리를 달여 먹거나 육조에 넣어 목욕을 하면 월경불순이나 히스테리와 같은 신경불안을 진정시키는 효과가 있다. 당귀뿌리 100g에 물5컵을 부어 물이 반으로 줄어들면 하루 1잔씩 마신다.

유산·조산이 될 때

검은콩 꿀조림

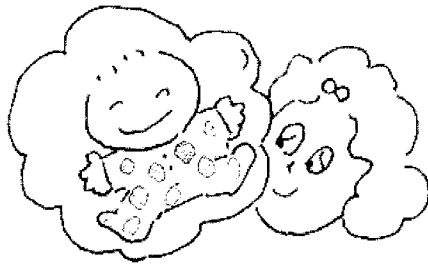
검은콩에는 '안태'(뱃속에서 놀라 움직이는 태아를 치료하여 가라앉히는 일)작용을 하는 성분이 들어있어 유산이나 조산을 예방해 준다. 또 이뇨작용이 뛰어나 임신중의 부기도 가라앉혀준다. 유산이나 조산의 원인이 되기 쉬운 임

신중독증에도 효과가 있다. 특히 검은콩조림은 임신중의 태동 때문에 복통이 일어날 때에도 효과가 있다. 단, 알레르기 체질인 사람은 주의해야 한다.

호박당굴가루

호박의 당분은 소화흡수가 잘 되기 때문에 위장이 약하고 마른 사람에게는 부식으로 좋다. 특히 산후 부기가 심한 사람에게는 좋은 식품으로 옛날부터 전해져 오고 있다. 자궁이 약해 유산이 되는 사람은 호박당굴을 곱게 가루를 낸 다음 매일 한숟가락씩 먹는다.

호박씨에도 풍부한 영양이 들어있어 산모가 꾸준히 먹으면 호박씨에 들어있는 불포화지방산과 레시틴이 혈액순환을 도와 고혈압을 예방하기도 한다.



국산찬약재 - 도대시세표

한국생약협회  
중앙가격사정위원회 제공

시세는 변동될 수 있습니다.  
(2003년 5월 31일 현재, 600g 상품기준)

품명	금액
<b>ㄱ</b>	
갈근(葛根)	각갈근 2,400 편갈근 2,200
(북)강활(羌活)	절 6,500
(남)강활(羌活)	절 7,000
건강(乾薑)	절 4,500
감국(甘菊)	10,000
감초	7,500
결명자(決明子)	1,700
식고본(藜蘆)	절 4,800
(토)곽향	3,200
구기자(枸杞子)	청양 12,000 진도 18,000
구절초(九節草)	3,300
구맥(瞿麥)	2,800
식길경(桔梗)	통 23,000 절 12,000
<b>ㄴ</b>	
나복자(蘿蔔子)	귀
남성(南星)	8,500
<b>ㄷ</b>	
(일)당귀(日當歸)	통 1,800
(토)당귀(土當歸)	통 2,300 절 3,300
대계초	2,000
대황(大黃)	3,500
독활(獨活)	8,500
두충(杜仲)	上 2,800 中 2,500 下 2,000
<b>ㄹ</b>	
맥문동(麥門冬)	
청양산 거심	중 11,000
막막	9,000
밀양산 거심	대 15,000 중 13,500
목과(木果)	1,500

품명	금액
통목단(通牧丹)	5,000
목적(木賊)	2,500
목통(沐通)	1,200
<b>ㄴ</b>	
박하(薄荷)	1,400
(토)반하(半夏)	大 18,500
(원)방풍(防風)	9,500
(식)방풍(防風)	절 3,000
백개자(白芥子)	귀
백선피(白鮮皮)	3,500
백지(白芷)	절 3,000
백출(百朮)	절 上 14,800 中 13,500
백복령(茯苓)	자연 11,000
복신(茯神)	8,500
복분자(覆盆子)	3,500
<b>ㄷ</b>	
사삼(沙參)	통 6,500 절 7,000
산수유(山茱萸)	上 11,500 中 7,500
생산약(山藥)	21,000
식산약(山藥)	6,700
토산사(土山查)	3,200
삼백초	2,500
상백피(桑白皮)	4,500
석창포(石菖蒲)	귀
소자(蘇子)	3,500
소엽(蘇葉)	1,500
속단(續斷)	9,000
승마(升麻)	5,000
시엽	2,500
식시호(柴胡)	통 上 15,500
<b>ㄹ</b>	
(토)오공(蜈蚣)	60,000
(원)오가피(五加皮)	25,000
(막)오가피(五加皮)	3,300

품명	금액
오미자(五味子)	26,000
오배자(五倍子)	4,500
옥죽(玉竹)	3,800
어성초	2,500
여정실	귀
영지(靈芝)	上 35,000 中 28,000
연교(連翹)	7,000
우슬(牛膝)	절 3,500
운지(kg)	3,500
위령선(威靈仙)	귀
의이인(薏苡仁)	2,800
음양곽(淫羊藿)	14,500
익모초(益母草)	절 1,200
인동(忍冬)	1,900
인진(茵陳)	1,200
<b>ㅈ</b>	
자단향(紫丹香)	1,300
(식)자초(紫草)	7,500
(백)작약(白芍藥)	절 中 7,000 절 下 5,000
산백작약(白芍藥)	귀
전호	절 4,700
지유(地榆)	귀
진범(秦宛)	8,000
진피(陳皮)	절 650
애지실(枳實)	12,000
소지실(枳實)	10,000
중지실(枳實)	8,500
지부자(地膚子)	귀
죽여(竹茹)	2,800
지골피(地骨皮)	귀
건지황(乾地黃)	大 5,800 中 5,000 小 3,000
지모(知母)	3,300
<b>ㅊ</b>	
차전자(車前子)	귀
차전초(車前草)	3,500

품명	금액
창이자(蒼耳子)	3,000
창출	귀
(토)천궁(川芎)	절 9,500
(일)천궁(川芎)	절 4,300
천마(天麻)	25,000
천문동(天門冬)	귀
천화분(天花粉)	3,000
초롱담(草龍膽)	귀
치자(梔子)	5,000
<b>ㄷ</b>	
택사(澤瀉)	통 2,700 절 3,200
(원)토사자(兔絲子)	귀
<b>ㅌ</b>	
포공영(蒲公英)	통 2,500 절 3,000
<b>ㅎ</b>	
(싸리)하고초	8,000
하고하	4,000
(백)하수오(何首烏)	절 上 6,500 中 3,500
행인(杏仁)	귀
향부자(香附子)	절 1,700
향유	2,000
현삼(玄參)	2,800
현지초(玄草)	1,800
현호색(玄胡索)	통 10,500 절 12,500
형개(荊芥)	1,300
황금(黃芩)	8,000
황기(黃芪)	6년근 65,000 3년근 40,000 1년근 6,500
황백피(黃柏皮)	3,500
해동피(海桐皮)	5,500
(산)황정(黃精)	小 7,500
호장근(虎杖根)	1,800
후박(厚朴)	3,200