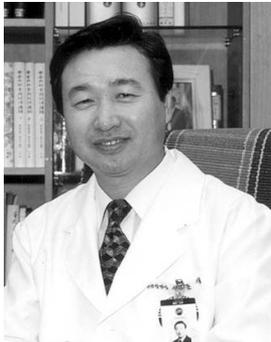


감기·만성 기관지염 빨리 치료하는 법



신 준 식 박사

現 재단법인 자생의료재단 이사장 및 자생한방병원 병원장

약력 경희대학교 경영대학원 의료경영학과 및 한의과 대학 외래교수, 경희대학교 동서의학대학원 겸임교수, 포천 중문의과대학 외래교수, 中國 제1군의대학 명예교수, 美國 캘리포니아 어바인의과대학 특별초청강사, 美國 국제동양의학 연구소 연구이사, 대한추나학회 회장, 대한 향노화학회 회장, 경원대학교 한의학과 외래교수, 경희대학교 한의학과학연구원 수석연구원 역임

■ 호흡기가 나쁘면 장도 나빠지기 쉽다

한방 의학에서는 폐, 기관지와 대장은 형제와 같다고 한다. 그들 사이에는 생리적인 면에서 상관관계가 있어 기관지가 나쁜 사람은 장이 함께 나빠질 수 있다는 사실이 중요하다. 그래서 기관지와 장의 복합 치료가 잘 이루어지면 더욱 좋은 것이다.

아이들이 감기에 잘 걸리고 만성 기관지염 또는 천식 증세로 고생을 할 경우 대개 보면 밥도 잘 안 먹고 배도 자주 아프다는 소리를 한다. 그것은 위와 장에 체중기가 있어서 그런 것이다. 체중을 없애는 치료를 하면 곧 밥을 잘 먹고 저항력이 증가되며, 자연 감기에는 잘

걸리지 않게 된다. 그런 후에 이미 기관지염이 된 것을 치료해주면 쉽게 치유될 수 있는 것이다.

■ 양성감기, 음성감기 성질에 따라 치료 법도 달라

모든 병은 위장병과 감기가 원인이라는 말도 있다.

감기에는 홍콩감기, 유행성 감기, 독감, 몸살감기, 목감기, 소련감기, 북경 감기 등등 이상한 이름들이 그때마다 병증이 악성스러울수록 붙여질 만큼 종류가 많지만 한방의학에서는 감기를 크게 둘로 나눈다.

먼저 상한(傷寒)이라고 해서 양성 감기에 해당하는 것이 있다. 상한은 고열은 있는데 땀은 안 나오고, 온몸이 춥고 떨리며, 몸이 쭈시고, 머리가 몹시 아프며, 기침을 하고, 목이 쉬거나 가라앉은 실증의 독감 증세이다. 또 허증으로 오는 상풍(傷風)이라고 해서 음성 감기가 있는데 간혹 땀을 흘리기도 하고, 오슬오슬 뉘기도 하며, 코가 막히고 콧물도 나고, 약간 미열이 있는 경우를 말한다. 음성 감기는 보름도가 고한 달간 앓기도 한다. 몸의 저항력이 떨어져 있기 때문이다. 양성 감기는 그저 땀을 내는 것이 원칙이다. 콩나물국에 고춧가루를 듬뿍 뿌려서 먹고 이불을 덮고 땀만 내도 나올 수가 있다. 문제는 그렇게 해도 땀이 안 나오고 답답하기만 할 경우다. 이런 때는 마황탕을 3-4첩 복용하면 땀이 저절로 술술 나오며 2-3일 이내에 감기가 떨어지고 만다. 그러나 마황탕은 반드시 맥이 실한가를 살펴서 사용해야 한다. 맥이 허하여 오는 음성 감기에 마황탕을 사용하면 오히려 허탈이 되어 부작용이 있을 수 있기 때문이다.

그래서 음성이든 양성이든 부드럽게 사용하는 약으로 정기산류의 약들이 많이 사용된다. 정기산류의 약으로 기를 바르게만 해도 감기의 예방과 치료가 잘되는 것이다.

■ 만성기관지염 천식으로 발전

만성기관지염이 오래되면 천식증세로 발전되기도 한다. 갑작스럽게 천식증이 발생하는 경우도 있지만 기관지염이 오래된 후에 상기감으로 열이 자꾸 위로 치받칠 경우에는 천식증으로 변한다. 천식은 기관지 천식, 심장성 천식 등으로 구분할 수 있다. 천식은 폐기관지를 기준으로 하여 음양을 살펴 치유하면 좋은 치료 효과를 기대할 수 있다.

요즘은 주위환경과 공기 등의 오염으로 호흡기 질환은 날로 증가되고 있는 추세이다. 나무에서 신선한 산소를 만들어 오염된 공기를 청정시켜 주어야 하는데 느는 것은 나무가 아니라 공해물질 뿐이다. 자동차의 배기가스는 점점 늘어나고 빌딩과 큰 건물에서 뿜어내는 난방 연료의 타고난 분진과 가스가 아무런 정화없이 그대로 우리의 호흡기로 들어간다. 자동차는 에어크리너를 교체해 버리기라도 하지만 인체는 호흡기를 청소해 줄 수가 없다. 때문에 스스로 알아서 현명하게 호흡기를 보호해 나가야 할 것이다.

몸 안에 녹아있는 중금속들을 밖으로 내보내기 위해서는 자연에서 나오는 순수한 해독제를 사용할 줄 알아야 한다. 진리는 먼 곳에 있지 않고 가까운 곳에 있다는 이야기와 마찬가지로 몸 안의 노폐물을 제거하기 위해 일상에서 항상 사용하는 자연 음식을 골고루 섭취해야 하겠다.



도토리는 몸안의 중금속을 씻어 내는데 좋은 효과가 있다. 도토리묵을 규칙적으로 먹으면 체내의 중금속이 몸밖으로 빠져 나간다고 한다. 녹두와 검은콩은 각종 약물중독에 사용하며 해독 작용이 높다. 은행과 호두는 기관지 점막을 보호해 주고 가래를 삭히며 기침을 멈추는데 좋은 효과가 있다. 백도라지는 길경이라고 해서 기침약의 명수이다. 감길탕이라는 약도 기관지약으로, 도라지와 감초만 넣고 달여 먹는 것이다.

이렇듯 자연의 순수한 이치에 따라 천연 약재들을 모집하여 가공하지 않고 자연 그대로 치유하는 것이 한방 요법인 것이다. 좀더 건강하고 좀더 완벽하게 질병의 치유를 피하려 한다면, 인체는 작은 우주이기 때문에 자연에 맞추어 순리대로 생활하는 지혜를 터득해야 할 것이다. 

문의: 자생한방병원 (02-3218-2000(www.jaseong.co.kr))