

암을 이기는 신비의 천연항생물질

## 프로폴리스의 기적

- 지난호에 이어서-

### 제3장 전문의도 놀라는 여러 가지 효능

#### ♣ 담배와 폐암-애연가는 필터에 한 방울만

여기서 질병치료와는 직접 관계가 없지만 암과 직접적인 연관이 있는 담배에 관한 이야기를 하겠습니다. 담배를 비롯한 석유 등 화학연료의 연소에 의해 발생하는 타르라는 화합물이 있습니다. 타르는 발암물질로 분류되어 있는데, 그 예방에 프로폴리스가 유효하게 작용하는 것을 소개하겠습니다.

40세 이상을 '암 연령 세대'라고 하며 암은 다른 어떤 성인병보다 무서운 것 중에 하나입니다. 암이란 병은 유아에서 노인까지 폭넓은 연령층에 발생하고, 고령화되면서 암 진행의 위험성이 높아집니다. 아무튼 아마에 대한 지식을 갖는 것이 이 병에 대한 최대의 예방이기도 합니다. 그 중 하나가 담배와 암과의 관계입니다.

흡연과 폐암과의 관계는 밝혀지지 않았지만 담배를 피우는 양의 증가에 따라 폐암에 걸리는 위험성이 높다고 합니다. 그러나 골초라도 일생동안 폐암에 걸리지 않는 사람도 있지만, 의외로 담배를 피우지 않는 사람 등 간접흡연으로 인해 폐암에 걸리는 경우가 있습니다.

현대의학이나 의료기술 등의 발달로 조기발견 및 치료로 인하여 암을 근본적으로 치료하게 되었습니다. 그리고 스스로의 예방과 조기발견으로 암을 극복한 사람도 많습니다. 그런 관점에서 담배에 함유되어 있는 타르화합물을 조금이라도 줄이는 것이 암 예방책의 하나인지 모릅니다.

필터 담배를 피워 본 사람은 필터의 흰 부분이 다갈색으로 변하는 것을 볼 수 있을 것이빈다. 담배를 피우기 전 필터의 앞부분에 프로폴리스를 한 방울을 떨어뜨려 피우면 다갈색으로 변하는 필터가 거의 변하지 않는 것을 경험하게 됩니다. 지금 경험해 보십시오.

이 현상은 필터에 흡수된 프로폴리스가 얇은 막을 형성해 타르화합물을 흡수해 버리기 때문입니다. 필터에 프로폴리스를 떨어뜨려 피우면 담배 맛은 다소 변하지만 건강을 조금이라도 염려한다면 견딜 수 있

는 정도입니다.

일설에 따르면 프로폴리스에 함유된 후라보노이드는 체내에 들어가 타르 화합물이 활성화되는 것을 막고 암을 예방하는 작용이 있다고 합니다. 아무튼 담배를 지나치게 피우지 않도록 주의해야 하는 것은 물론이지만, 담배를 피워야 한다면 타르화합물을 필터단계에서 거의 제거시키는 프로폴리스를 이용해 볼 것을 권합니다.

#### ♣ 치조농루 예방과 프로폴리스 치경(齒莖)

치조농루가 경증이면 그 예방에는 치경 마사지가 좋다는 것은 많이 알고 있습니다.

치경 마사지는 엄지와 인지에 청결한 가제를 씌워 두 손가락으로 치경 전체를 강하게 압박합니다. 이때 거즈에 프로폴리스를 1~2방울 떨어뜨려 배어지게 합니다. 염증이 있을 때는 통증이 있지만 마사지는 약 1분 정도 계속해야 합니다.

서구에서는 옛날부터 프로폴리스의 살균력, 염증을 억제하는 항염증작용을 활용해서 구내염, 설염, 치은염, 치통, 치주염 등 입안의 모든 병, 특히 치경강화나 소독에 사용되어 왔습니다.

중국에서도 옛날부터 치조농루의 묘약으로써 화학성분도 프로폴리스와 같은 후라보노이드 화합물인 '노봉방'이란 물질을 사용했습니다. 노봉방은 벌집이란 뜻으로 여기에 대해 중국 고대의 '약물강목'에서 언급하고 있습니다. 세부적으로는 말벌집을 말하는 것으로서 그 책에서는,

『이 봉방은 수목 속, 혹은 땅 속에 많이 존재하는 지금의 노봉방이란 것이다. 이것을 만드는 벌은 황흑색으로 길이는 1촌(寸) 정도의 크기로 소나 말, 사람이 독침에 쏘이면 죽을 정도로 앓는다.』

라고 써어 있습니다. 그러므로 '약물강목'에서는 그 독의 지독함을 말하고 있고 또,

『노봉방은 외과, 치과, 기타의 병에 사용한다. 어느 것이나 모두 그 독으로 공격하고 벌레를 죽이는 효력도 같이 사용하고 있다.』라고 용도를 설명하고 있습니다.

몸에 병이 있을 때에는 치조농루가 낫기 어렵습니



다. 그럴 때는 몸의 증상을 먼저 치료하면서 치경증상도 낮게 하도록 해야 합니다. 옛날부터 동서양을 막론하고 별집에서 채취한 약을 사용한 것은 놀라운 일이지만, 프로폴리스의 원액은 치통을 진정시키고 치조농루나 치경강화에 이바지합니다. 또 프로폴리스로 치경과 함께 치아를 닦으면 치아가 하얗고 아름답게 된다고 합니다. 치아 때문에 고민인 독자는 꼭 한번 시험해 보기 바랍니다.

### ♣ 충치, 치육염의 통증

우리가 일상에서 견디기 힘든 통증 중에 충치로 인한 치통을 들 수 있습니다.

충주는 그냥 두면 자연히 치료되는 것이 아니기 때문에 적극적인 예방책이 중요한데, 충치의 통증을 가라앉히기 위해 프로폴리스를 사용합니다.

외국의 사례에 의하면 프로폴리스에는 항염증작용이나 마취작용이 있어 치통에 효과가 있다고 합니다. 치통으로 고생한 사람이 프로폴리스 원액을 손끝에 발라서 충치의 아픈 부위의 치경에 강하게 비벼더니 30분이 지나지 않아 점점 통증이 사라졌다고 했습니다.

프로폴리스를 직접 손에 문혀 치경까지 비벼도 되고, 핀셋에 탈지면을 끼워 프로폴리스액을 문혀 직접 통증부위에 발라도 좋습니다. 그 다음에는 아픈 부위 주변의 채경에 비비면 통증이 점점 가라앉을 것입니다.

### ♣ 치질

치질의 통증은 경험자가 아니면 모를 정도로 그 고통이 심하다고 합니다. 치핵의 통증이나 출혈을 멈추기 위한 방법으로 프로폴리스는 진통, 항염증, 살균 그리고 육아형성에 효과가 있기 때문입니다. 마유는 피부에 잘 흡수될 뿐 아니라 퍼지는 힘이 좋아서 프로폴리스에만 사용하는 것 보다는 혼합한 연고가 바르기 쉽습니다. 이 방법을 건강과 관련 있는 잡지사의 기자에게 권했더니 곧바로 건강식품점에서 프로폴리스와 마유를 구해서 실험해 보았다고 합니다.

“아주 효과있는 방법입니다. 목욕 후 인지로 환부에 발랐습니다. 다음날 아침 배변 후에 느꼈는데 치핵이 나와있지 않았습니니다. 평상기 같았으면 통증이 심해서 화장실에 가는 것조차 겁났습니니다만…….

2~3일 후에 전화가 왔는데 활기찬 목소리로 이렇게 말했습니다. “원고를 쓰거나 자료를 수집하는 등 하루 종일 앉아서 일하기 때문에 운동부족으로 변비가 생긴 것 같은데, 그것이 치질이 되었습니다.” 그러한

그의 고통이 프로폴리스를 사용한 즉시 사라졌다는 기쁨에 넘치는 전화였습니다.

빨리 나타난 효능에 놀랐지만 치질은 몇 번이나 되풀이해서 나타나기 때문에 안심하지 말고 계속해서 발라야 한다고 말했습니다. 또 변비가 생기지 않도록 섬유질의 야채를 충분히 섭취하도록 했으며, 상태에 따라서는 한방약을 복용하도록 충고했습니다. 기자의 경우 치질 때문에 생긴 항문 주위의 염증, 통증, 출혈 등은 프로폴리스의 약효가 유효하게 작용한 좋은 예라고 할 수 있습니다.

### ♣ 악성 신경통

여성의 경우 호전반응은 두드러기나 습진이 생기는 경우가 많습니다. 여성에게 많은 증상이나 사용법, 그리고 호전반응에 대해서 필요한 것만 간추려 소개하겠습니다.

악성 신경통으로 입퇴원을 되풀이한 50대의 주부는 갑셀과 액체상태의 프로폴리스를 사용했더니 1개월 쯤에서 서혜부(볼두덩 옆에 오목하게 된 곳)에 팍팍 울 같은 습진이 생겨 가려워서 혼났다고 합니다. 그 습진은 3주간 계속되다 차차 나아져서 3개월 후에는 지팡이를 잡고 혼자서 걸을 수 있게 되었고, 또 1년 후에는 지팡이 없이 걸을 수 있게 회복되었다고 합니다.

호전반응은 여러 가지로 정말 특이하게 나타나는 경우가 많습니다. 그러나 괴로운 기간을 극복하면 호전되어 치유되는 것을 보면 프로폴리스 약효의 신비성에 대시 한번 놀랄 수 밖에 없습니다.

### ♣ 칼에 베인 상처와 애완동물에게 긁힌 상처

베인 상처나 찰과상의 경우는 바로 프로폴리스를 발라도 좋습니다. 처음 바를 경우 일시적으로 아리고 따가운 증상에 고통은 있지만, 그 순간을 극복하면 편안한 상태가 됩니다. 프로폴리스를 바르면 살균작용과 함께 상처에 세균의 침입을 막는 얇은 막을 펴서 보다 효과가 증가되게 됩니다. 프로폴리스는 염증을 억제하는 효과도 있습니다.

요즈음은 그 어느 때보다 애완동물에 대한 관심이 높아지고 있습니다. 애완견 카페도 생겨나고 애완용품이 불티나게 팔리고 있다는 소식을 접하고 있으니 실감이 납니다. 애완동물을 집에서 기르다 보니 자연스럽게 여러 가지 문제가 발생합니다. 그 중에 고양이에게 긁힌 사람이 많은 요즘 그 치료에 효과가 있는 프로폴리스를 권합니다.

고양이에게 손등을 긁혔을 때, 프로폴리스 원액을 환부에 직접 발라 보십시오. 프로폴리스의 항균과

피부재생작용으로 인해 환부가 깨끗하게 치료됨을 경험할 수 있습니다. 물론 처음에는 시리고 아프지만 흉터 없이 나올 수 있다고 생각하면 참을 만한 고통입니다.

프랑스 파리대학 의학부에 소속된 임상 의사 도나듀 박사는 그의 논문 '자연요법에 있어서의 프로폴리스'에서 프로폴리스의 피부관계 응용에서 타박상, 베인 상처, 동상, 손발 튼 데, 햇볕에 그을림, 화상, 습진 등에 유용하다고 써 있습니다.

이 논문은 세계적인 양봉연구가나 의사들의 심포지엄에 자주 등장합니다. 이러한 연구논문들이 프로폴리스의 효과를 입증하고 응용할 수 있는 힘을 주는 자료들입니다. 그리고 프로폴리스의 성분작용에 대해서 거듭 놀라게 됩니다.

### ♣ 과실주와 프로폴리스

병·의원에서 주는 약과 프로폴리스는 채취성분이 달라서 과실주를 병용해도 부작용은 없고, 효과가 약화되는 일이 전혀 없으니 안심하고 병용해도 됩니다.

우리가 일상생활에서 여러 가지로 응용하는 것 중에 매실이 있습니다. 최근 매실의 연구결과 발표로 다양한 상품들이 쏟아져 나오고 있습니다. 그 중에서 우리나라 전통의 매실 이용법으로 각광받는 것이 매실주입니다.

매실주는 피로회복이나 여름에 더위 타는 것을 막아주는 효과가 있는 것으로 알려져 있습니다. 그 효과는 옛날부터 여름을 타는 사람들의 예방주, 만병에 효과가 있다고 해서 마시고 견비통에도 좋다고 합니다. 매실주에 함유되어 있는 구연산이란 물질이 견비통 증상의 원인이 되는 근육 속의 유산을 혈액 속에서 쉽게 용해시켜 주기 때문이라 합니다.

이 매실주를 마실 때 소주잔 한잔에 프로폴리스 한 방울을 넣어서 마셔보십시오. 프로폴리스에는 정혈작용이 있고 혈액순환도 잘되는 작용이 있기 때문에 매실주의 상승 효과가 나타납니다.

### ♣ 악취와 숙취 예방

직장인들은 업무의 특성과 스트레스로 한잔씩 하게 되는 경우가 많지만, 자리에 따라 과음하지 않으면 안 되는 상황도 있습니다. 그럴 때마다 프로폴리스를 적절하게 이용하면 많은 효과가 있다고 합니다. 업무상 술을 마셔야 하는 경우가 많은 사람은 프로폴리스를 술잔에 한 방울씩 떨어뜨려 마시면 취기가 평소보다 늦게 돌기 시작한다고 합니다.

프로폴리스를 술에 섞으면 술 색깔이 부엌에 되어

술맛은 변하지만 취기는 변하지 않으며, 악취나 숙취가 전혀 없습니다. 신체기능을 회복해 가면서 주량을 조절하기 위한 프로폴리스의 사용은 하나의 심리작전으로서도 효과적이라 생각합니다.

### ♣ 공기청정기, 에어컨 필터에 사용해 실내 공기 정화

프로폴리스에는 살균작용이 있고 삼림욕의 효과를 얻을 수 있는 피톤치드가 있습니다. 이러한 유효성분들은 건강한 생활을 지키기 위해서는 크게 활용하고 싶은 것입니다. 여기 좋은 예를 소개하겠습니다. 고도의 성장에 의하여 인간의 생활은 운택해지나, 천연의 자연환경은 자동차의 배기가스나 소음, 공장에서 내뿜는 이산화탄소로 인하여 공해로 오염됩니다. 갈수록 도시는 밀폐되어 가고 녹지는 사라집니다.

대도시에서는 아파트가 증가하고 주거의 기밀성, 독립성도 높아지기 때문에 집안의 통풍이나 환기를 인공적으로 하지 않으면 호흡하기가 곤란하고 쾌적한 환경을 확보하기 어렵게 되었습니다.

통풍이나 환기가 나쁜 주거는 습기나 곰팡이, 진드기가 발생해서 집의 수명 뿐만 아니라 인체에도 나쁜 영향을 미치고 있습니다. 실내 공기를 주로 오염시키는 원인은 담배연기, 먼지, 진드기똥, 곰팡이 포자 뿐만 아니라 알레르기, 화분증의 원인이 되는 화분이나 세균 등도 포함됩니다.

실내의 탁한 공기를 흡수하는 것이 바로 에어컨이나 공기청정기의 필터입니다. 공기청정기에는 접근기능이나 탈취력이 강하고 숲 냄새를 풍기는 장치들이 붙어 있습니다. 이 필터 부분에 프로폴리스 원액을 중앙과 네모진 가장자리에 뿌려 놓으면, 필터에 붙은 실내 오염원들이 살균되고 냄새도 좋아지며 공기 그 자체도 깨끗해집니다.

### ♣ 가슴기와 향기요법

실내가 너무 건조하면 목이 상한다든지 코나 눈이 마르면 불쾌한 증상이 생기는데, 건조한 피부를 가진 여성은 특히 피부가 거칠어져 화장이 잘 받지 않습니다. 실내 건조는 유아의 건강에도 좋지 않고 특히 겨울철의 과잉난방은 실내를 건조하게 만들어 가슴에 신경을 쓰게 됩니다.

난방기구를 사용할 경우, 가슴기 일체형이 있는데 그곳에 물을 넣고 프로폴리스를 떨어뜨립니다. 물론 가슴기를 쓰는 가정에서도 마찬가지입니다. 프로폴리스 양은 방의 크기나 가슴기 속에 들어가는 물의 양에 따라 다르지만, 3~5평의 방에서 쓰는 가슴기



일 경우는 물 속에 5~6 방울, 5~8평의 방에 놓는  
가습기는 10방울 정도면 적당합니다.

프로폴리스 향기는 건조한 실내에 적당한 습기야 방  
향을 풍겨 주어서 여러 가지 효과를 올리자는 것입  
니다. 가습용 접시나 가습기로부터 뿜어 나오는 프  
로폴리스의 향기를 흡수하면 자신도 모르는 사이에  
목구멍이나 코의 점막에 스며들어 불쾌한 기분을 제  
거해 주고 건성 피부도 윤기가 나게 해 줄 것입니다.  
또 프로폴리스의 살균작용이 방안에 있는 세균이나  
화분증의 원인이 되는 화분이나 포자 등을 없애버리  
는 효과가 있다고 보아야 할 것입니다. 그러한 기분  
에 젖는다는 것은 정신적 안정과도 관계가 있어 한  
마디로 부정할 수가 없는 것입니다. 또 분무기에 물  
은 프로폴리스(보통 한 컵의 물에 7방울 정도의 프  
로폴리스를 첨가)를 넣어 분무하면 실내의 향기도  
좋고 공기도 깨끗해집니다. 겨울에는 습도를 조절하  
는 효과도 있습니다.

### ♣ 우울증, 불면증

프로폴리스의 여러 가지 약효와 그 작용에 대해서는  
아직까지도 연구대상이라 봅니다. 그러나 향기가 병  
치료역할을 한다는 것은 중국이나 인도, 유럽 등지  
에서도 옛날부터 사용하고 있었던 것입니다.

프로폴리스의 향기는 처음에는 코를 찡하게 하는 자  
극을 주어 적응하기 어려운 사람도 있을지 모르겠습  
니다. 그러나 2~3회 냄새를 맡다보면 금방 익숙해  
집니다.

사실 프로폴리스는 우울증이나 불면증에도 효과가  
있습니다. 절에서 나는 특유의 향냄새는 놀라운 정  
신안정제가 된다고들 합니다. 이렇게 말하면 마치  
종교적인 색채를 띠고 있는 것 같아서 싫어하는 사  
람도 있을지 모르겠으나 냄새나 향기 같은 것을 활  
용하는 원시적인 감각은 인간의 감정에 직접 작용해  
자율신경에도 영향을 줍니다.

인간의 5감각(시각, 청각, 후각, 미각, 촉각) 중 후각이  
나 촉각은 더욱 원시적인 감각이기에 인체 내부의  
영향도 크고 자율신경에도 크게 작용해서 정서나 감  
정에 직접 이어지므로 싫은 냄새는 심적 불쾌감을  
주고 토기 등으로 인해 자율신경에 반응을 일으킵니  
다. 반대로 상쾌한 냄새는 안정을 주고 불안이나 스  
트레스 등으로 인한 불안정한 정신상태를 해소시키  
는 역할을 합니다. 프로폴리스의 향기가 치료에 보  
탔이 된다고 하는 것은 이런 이유들입니다.

옛날의 승려 일휴선사는 '향기십덕 속에서 귀신도  
감동하고, 심신을 청정하게 한다'며 향기의 효과를  
강조했으며, 한 향연구가는 '향기의 십효'라 하여

다음과 같은 내용을 말하고 있습니다.

- ① 사색을 깊게 하고 우아하게 한다.
- ② 정신을 안정시킨다.
- ③ 마음을 청정하게 한다.
- ④ 감수성을 높인다.
- ⑤ 풍요로운 환경을 만든다.
- ⑥ 사랑하는 마음이 생긴다.
- ⑦ 고독에서 벗어난다.
- ⑧ 방부, 살균작용을 한다.
- ⑨ 소량으로 충분하다.
- ⑩ 항상 사용해도 부작용이 없다.

오랜 인류의 역사 속에서 향기는 어느 시대에도 나  
름대로 사용해 왔으며, 프로폴리스 향기를 고대  
희랍, 로마인들은 화장용으로 훌륭하게 응용했습니  
다. 이와 같은 것을 생각하면 프로폴리스 향기의 응  
용은 간단한 심리효과를 뛰어넘어 치료효과까지 기  
대되는 것이라 생각됩니다.

### ♣ 마스크에 응용하면 비염과 두통 해소

고대 중세유럽에서 콜레라나 기타 전염병이 크게 유행  
했을 때 많은 사람들이 그 병을 이기지 못하고 쓰  
러졌습니다. 그 중에서 직업별로 가장 희생이 적은  
것이 향료업에 종사한 사람들이었다고 합니다. 이것  
은 향료의 원료인 식물의 정유류에 강력한 살균력이  
있었기 때문이라고 생각됩니다. 방향요법은 이러한  
것에서 발전했는지 모릅니다.

협심증치료에 아초산아미의 냄새를 맡게 하는 방법  
이 있습니다. 코로 냄새만 맡게 하면서 심장의 관상  
동맥의 경련을 해소시키고 협심증의 괴로움에서 벗  
어나게 하는 것을 생각하면 극히 소량의 물질이 놀  
라운 효과를 나타낸다는 사실에 놀라움이 앞섭니다.  
이와 같이 프로폴리스로 응용할 수 있는 것 중에는  
비염이나 두통 등의 증상을 해소시키며, '향기의 십  
효'에도 있듯이 정신을 안정시키고 마음을 청정하게  
하는 작용을 하기도 합니다. 본래 감기증세에다 두  
통을 동반하는 사람이나 화분증이 심한 사람에게는  
마스크를 권하고 있는데, 마스크에 프로폴리스 1~2  
방울을 적셔서 사용하는 방법입니다. '향기의 십효'  
효과가 있으며 실제로 해보면 프로폴리스의 알콜 용  
액을 그대로 쓰는 것보다 이것을 물로 묽게 해서 가  
체에 묻히는 것이 좋다고 생각됩니다. 마스크를 쓰  
면서 프로폴리스의 냄새를 만끽하십시오.

- 다음호에 계속 -