



# 약이 되는 산야초

앞으로는 일반인들이 약초를 채집하고 민간요법을 활성화 할수있도록『월간 인삼 · 약초』지에서는 도움을 주고자 합니다. 그래서 야생약초의 채취에 필요한 사항과 채취상의 주의점을 게재하고 약이 되는 약초를 실어서 독자 여러분들에게 도움이 되고자 한다.



## ▶ 개맨드라미(靑箱子) *Celosia argentea*

비름과의 일년초생

인도지방이 원산인 이 풀은 우리나라에 귀화한 지 오래 되어 지금은 야생도 한다. 높이50~90cm 정도이고 잎은 마주나며 피침형이고 끝이 날카롭다. 꽃은 가지 끝에 이삭 모양으로 피는데 끝부분은 분홍색이고 아랫부분은 흰색이어서 참 보기가 좋다. 관상용으로 울타리 가장자리에 많이 심는다

- 분포 : 중부지방과 제주도에 야생.
- 약효 성분 : 고혈압, 가려움증.

1. 1회에 3~5g을 달여서 복용한다.

- 약용 부위 : 종자
- 채취 시기 : 가을

- 생장지 : 양지바르고 바람이 세지 않는 곳.

2. 부스럼, 외상...생잎을 짓찧어서 붙인다.

▶ 개미자리 (漆姑)

*Sagina japonica*



석죽과의 이년초생

마당가에 흔히 자라는 풀로서 키 10cm 정도이고 잎과 줄기에는 짙은 가는 털이 나 있다. 잎은 줄끝로 끝이 뾰족하고 줄기를 감싸듯이 줄기에서 바로 나며 잎자루가 없다. 6~8월에 긴 꽃대가 자라 그 끝에 작은 흰 꽃이 핀다.

- 약용 부위 : 풀 전체
  - 채취 시기 : 봄, 여름
  - 약효 용법 : 이뇨, 해독
1. 말린 약재를 1회에 3~8g 달여서 복용한다.
  2. 옷 오른 데... 약재를 달인 물로 환부를 씻는다.



▶ 계뇨(鷄尿藤) *Paederia scandens*

꼭두서닛과의 덩굴 초본

남부 지방의 숲에 가면 눈에 잘 띄는 덩굴성 낙엽풀이다. 마디마디 2장의 잎이 마주 나 있고, 잎의 형태는 달걀형 또는 긴 달걀형이며 길이 6~12cm 정도이다. 끝은 뾰족하며 표면과 뒷면의 잎색이 달라 표면의 녹색이 더 진하다. 가지 끝과 그 곁에서 자란 꽃대 위에 원통모양의 앙증스러운 작은 흰 꽃이 피어난다.

다. 꽃의 바깥면에는 잔털이 많이 나 있다.

- 약용 부위 : 과실
  - 채취 시기 : 가을
  - 분포 : 전국
  - 성장지 : 야산의 숲속
  - 약효 용법 : 이뇨, 수종
- 말린 약재를 1일 10g 달여서 3번에 나누어 복용한다.

▶ **겨우살이(桑寄生) *Viscum album var. coloratum***  
겨우살잇과의 상록 관목

참나무, 밤나무, 팽나무, 오리나무 등에 잘 기생하는 기생목으로 겨울에도 푸르르며 기생하는 나무 위에 마치 까지 집과 같이 등글게 자리 잡고 있다. 특히 겨울철 낙엽이 진 다음에 눈에 더욱 잘 띈다. 가지는 마디마다 2갈래로 갈라져서 많은 가지를 치고 잎도 항상 2장이 마주 나며 다육질이고 미끈미끈하며 털이 없다. 줄기와 가지 모두 황록색이다.



- 약용 부위 : 줄기, 잎
- 분포 : 전국
- 약효 용법 : 요통, 산후, 신경통, 고혈압
- 말린 약재를 1회에 4~6g 달여서 복용한다.
- 채취 시기 : 필요할 때
- 생장지 : 참나무, 오리나무 등의 숲



▶ **개오동나무(木角豆) *Catalpa ovata***  
능소화과의 낙엽 활엽수

심장형인 잎은 긴 잎자루 끝에 2장씩 마주 나고 주맥과 측지 기부에 검은 점이 있다. 가지 끝에 원추 화서가 나오며 황백색 꽃이 6~7월에 핀다. 열매는 삭과이고 길이 30cm 가량이나 되는 긴 꼬투리 속에 들어 있다. 잎은 넓은 달걀형이고 끝이 뾰족하며 잎맥 부근이 깊게 파여있다.

- 약용 부위 : 과실
- 분포 : 전국
- 약효 용법 : 이뇨, 수종
- 말린 약재를 1일 10g 달여서 3번에 나누어 복용한다.
- 채취 시기 : 가을
- 생장지 : 야산의 숲속



▶ **개쑥부쟁이** *Aster ciliolus*

국화과의 이년생초

줄기는 곧게 서서 길고 여러 개의 가지를 치며 가지 끝에 아름다운 보랏빛 꽃을 피운다. 잎은 어긋나고 길쭉한 피침형이며 거칠거칠한 털이 있다. 산야에 많이 자생하지만 꽃이 아름다워서 원예용으로 재배하는 곳도 있다.

- 약용 부위 : 뿌리
- 채취 시기 : 가을
- 분포 : 전국
- 생장지 : 야산, 들판
- 약효 용법 : 기침, 거담

- 말린 약재를 1일 3~10g 달여서 3회에 나누어서 먹는다.

▶ **결명차(決明茶)** *Cassia tora*

콩과의 일년초생

깃털겉잎인 잎은 마디마다 2~4쌍씩 자라고 온몸에 잔 털이 나 있다. 잎겨드랑이에서 생겨난 짙은 꽃대에 두 송이의 꽃이 피어나는데 지름 1.5cm의 향색 꽃이다. 꽃잎은 5장이고 꽃이 지고 나면 가늘고 긴 꼬투리가 생기고 그 속에 여러 개의 열매가 들어 있다.

- 약용 부위 : 종자
- 채취 시기 : 가을
- 분포 : 전국
- 생장지 : 인가 부근. 밭에서 재배
- 약효 용법 : 변비, 고혈압 예방, 신경통, 시력 보호

1. 1회에 2~4g을 천천히 달여서 마신다.

2. 항상 차로 복용한다.



▶ **갯버들(등류·藤柳)** *Salix gracilistyla*

버드나뭇과의 낙엽 활엽수

초봄 다른 꽃이 피기 전 이 나무의 솜털에 싸인 꽃망울을 '오요가아지'라고 하며 봄의전령으로 감상한다. 키는 2~3m이고 다른 보드나무와 다른 점은 모든 가지가 위를 향하고 있다는 점이다.

- 약용 부위 : 뿌리, 수피
- 채취 시기 : 7~8월
- 분포 : 전국
- 생장지 : 냇가, 산골짜기
- 약효 용법 : 해열

- 1일 5~15g을 달여서 하루 3회 복용한다.