

비염과 축농증 완치하기

글 | 이만희 (보성한의원 원장, 수원시한의사회 회장)

가을은 남자의 계절? 이 오랜 공식을 바꿀 만한 새로운 음식이 있으니 바로

가을은 비염과 축농증의 계절이라는 것이다.

비염·환자들에게선 신선한 가을 바람이 그리 반갑지만은 않을 것이다. 환절기만 되면 약을 달고 살 정도로 고생을 해본 사람이라면 체질개선과 환경변화를 통한 한방치료에 주목해볼 필요가 있다. <편집자주>

찬바람이 불어오기 시작하는 가을이면 평소 건강하던 환자들도 비염질환 등으로 병원의 문턱을 찾는다. 비염 중에서 알레르기성 비염과 축농증은 환절기 계절병이라고 볼릴 만큼 건강한 사람에게 발생하기 쉬운 대표적인 난치질환의 하나라서 방심할 수 없는 병명이다.

다행히 한방적으로는 완치의 길이 있어 투약과 근래에 개발되고 있는 여러 가지 치료법으로 치료가 가능하지만 비용적인 면이나 시간상의 문제로 적극적으로 치료 받지 못하는 환자들을 볼 때 의료인의 한 사람으로서 안타까울 따름이다.

한방에서 가을은 수렴의 계절이며 신체적으로 폐의 기능이 떨어지고 폐가 건조해지는 계절이다. 이런 것들이 알레르기를 악화시키거나 유발시키며 이때 비염이 더욱 악화되어 부비동이라는 코 주위의 뼈로 농이 퍼져 축농증을 일으키게 된다.

알레르기성 비염을 먼저 살펴보면 주로 허약체질이거나 건성 체질인 사람에게 많은데 맑은 콧물을 동반한 재채기와 코 막힘이 주 증상으로 나타난다. 아침저녁으로 온도변화가 많을 때 나타나므로 봄가을에 급격히 환자가 증가하며 가습기를 사용하고 방안의 온도를 일정하게 유지하는 것이 좋다.

축농증은 코감기를 오래 방치하거나 중이염 등에 의한 2차 발생으로 주로 발생하며 초기에는 비염증상 이외에는 별다른 증상을 보이지 않으나 비염이 1개월 이상 낫지 않는다면 X-ray를 찍어 부비동에 농이 있는지 확인해 보는 것이 좋다. 심해지면 후각상실이나 악취가 나거나 두통을 동반하게 되며 집중력감퇴와 피로 기억력감소까지 이어지게 되므로 조기에 치료하는 것이 좋다.

비염은 특히 수험생에게 치명적이라 할 수 있다. 축농증으로 악화되거나 비염에 자주 걸리지 않게 하기 위해서 가을철에 많이 나는 주변의 음식물 중에 폐와 비강에 좋은 음식을 섭취한다면 면역력과 호흡기 기능이 증대되어 축농증으로의 이환율을 감소시킬 수 있다. 이에 한방에서 권장하고 있는 음식들이 몇가지 있다.

한방에서 가을은 수렴의 계절이며 신체적으로 폐의 기능이 떨어지고 폐가 건조해지는 계절이다. 이런 것들이 알레르기를 악화시키거나 유발시키며 이때 비염이 더욱 악화되어 부비동이라는 코 주위 뼈로 농이 퍼져 축농증을 일으키게 된다.

은행은 기관지에 대표적으로 좋은 약재로 천식기운이나 기침에 탁월하며 가래도 삭혀준다.

도라지는 은행처럼 기관지에도 좋지만 목감기의 치료제로도 널리 사용되는 약재이다.

호박은 건성피부에 좋고 점막의 저항력에 도움을 주고 부기를 빼고 하여 산후에도 많이 사용되고 있는데 늙은 호박일수록 더 좋은 것으로 알려져 있다.

대추는 오장육부를 모두 도와준다고 하여 차로 많이 복용하고 있다.

마(산약)는 폐와 위장을 보강해주며 가을철 설사에도 좋고 진액을 보충해주어 건성체질에 특히 좋다.

새우(대하)는 서해의 왕새우가 좋으며 신양을 보한다 하여 남성발기에 도움을 주고 피부를 보강하는 기능이 있다.

췌(갈근)은 기침과 두통 등의 호흡기장애와 숙취를 푸는데 탁월하고 **모과**는 대표적인 목감기 치료약이지만 근골을 보강하는 기능을 가지고 있다.

배는 배 중탕이나 배즙을 만들어 어린이나 임신부 감기에 사용하기도 한다.

하지만 이미 발생한 축농증과 알레르기성 비염은 재발, 악화 가능성이 높으므로 완치를 위해서는 집중적인 치료를 받아야 하며, 반드시 전문 의료인의 도움이 필요하다. †