

생약재를 이용한

민간요법

눈이 피로할 때  
결명자, 구기자 달인 물

•결명자 달인 물 - 시력을 밝게 해 준다.  
결명자라는 이름은 밝음(明)을 결정해(決) 주는 종자라는 뜻에서 생겼다고 한다. 결명자 달인 물로 눈을 씻으면 눈의 피로가 사라지고 충혈되었던 눈도 낮게 된다.

•구기자 달인 물 - 눈의 충혈을 가라앉힌다.

구기자 뿌리에는 베타린이나 리놀산이 많이 들어있고, 잎에는 비타민 C가 많이 들어 있다. 눈이 빨갛게 충혈되어 아플 때는 구기자 잎이나 뿌리로 달인 물로 눈

을 씻어 주면 효과가 있다. 구기자 생잎 50g 또는 말린 잎 10g에 3컵의 물을 붓고 달여 거즈에 걸러 낸다. 이 즙으로 눈을 씻는 것이다. 또한 잘 씻은 구기자 생뿌리 20g을 분마기에 갈아서 3컵의 물을 붓고 반으로 될 때 까지 달인 즙으로 눈을 씻어내도 통증이 가신다.

머리가 빠질 때  
혈액순환을 촉진하는 밤,  
고추, 반하 등을 먹는다

•생강헤어토닉 - 비정상적으로 머리가 빠질 때

생강은 혈액순환을 돕고 신진대사를 활발하게 하므로 머리카락이 비정상적으로 많이 빠질 때 이용하면 좋다. 독특한 향기와 맛으로 식욕을 증진시키기도 하는 생강을 헤어토닉으로 이용

할 때는 생강삶은 물이나 생강엑기스를 머리에 마사지하듯 바르는 방법이 효과적이다.

•구운 밤송이 가루 - 두피의 혈액순환을 좋게 한다.

가시가 돋은 밤송이의 길 껍질 10개를 불에 구워서 분마기에 넣고 갈아 가루를 낸다. 이 가루에 참기름 1컵을 섞어 잘 버무린 다음 하루에 2~3회, 1회 1~2작은 술씩 머리가 빠지는 두피 부분에 마사지해 주면 혈액순환이 좋아져 머리가 빠지는 것을 예방한다.

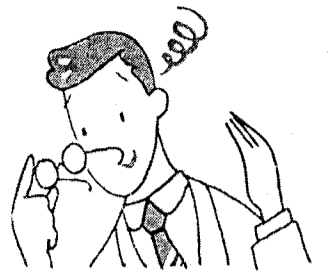
•반하뿌리가루 - 원형탈모 증에 잘 듣는다.

발에서 나는 다년초로 한 방에서는 반하의 뿌리를 담이나 구토, 기침 등의 치료약으로 사용하고 있다. 꽃이 피는 여름철에 둥근 뿌리줄기를 캐서 뿌리와 껍질은

버리고 물에 씻어 햇볕에 말린 다음 사용한다. 원형탈모증일 때는 햇볕에 말린 반하의 둥근 뿌리줄기를 분마기에 빻아 머리카락이나 눈썹 등의 털이 빠진 부분에 마사지 해준다. 반하뿌리는 약효가 강하므로 눈썹에 바를 때는 눈에 들어가지 않도록 각별히 조심하고, 눈에 들어갔다면 맑은 물로 곧바로 씻어 내도록 한다.

감잎 달인 물  
눈의 피로를 풀어준다

감잎에는 500~1000mg의 비타민 C와 미네랄이 들어 있어서 피로회복에 효과적이며, 특히 눈의 피로를 회복시키는 데 효과가 있다. 여름과 가을에 딴 감잎을 가늘게 채썰어 말렸다가 이것을 달여 그 물로 눈을 씻는다.



•국화꽃 - 옛부터 '눈의 약'으로 불려

국화꽃은 옛날부터 눈의 약이라고 알려져 왔다. 말린 국화꽃 3g 정도를 찻주전자에 넣고 뜨거운 물을 부어 차처럼 우려 마신다. 달이면 더욱 효과적인데, 말린 국화꽃 10g에 3컵의 물을 부어 양이 반으로 줄어들 때 까지 달여서 그 즙을 하루 3회로 나누어 마신다. 국화주도 좋은 효과가 있다.

(먹으면 치료가 되는 음식 672 중 발췌)

국산한약재 - 소대시세표

국산한약재 상설매장  
전화 : 967-4984

(500g 기준)  
시세는 변동될 수 있습니다.

품명	금액
<b>ㄱ</b>	
국산감초	8,000
갈근	3,000
감국	18,000
강활	9,000
건강	13,000
건조누에(5령3일)	40,000
건지황	9,000
결명자	4,000
계내금	3,500
고본	9,000
고삼	6,000
골담초(250g)	8,000
골담초(500g)	16,000
GAP 구기자	26,000
구기자(진도)	22,000
구기자(청양)	20,000
구맥	3,000
구절상목	15,000
구절초	3,000
길경	14,000
곽향	6,000
금은화	30,000
<b>ㄴ</b>	
(생)녹용(300g)	100,000
녹차(250g)	10,000
누에	40,000
<b>ㄷ</b>	
당귀	7,000
대계	11,000
대추	6,000
대황	5,000
독활	8,000
두충	8,000
동충하초(황색)	4,000
동충하초(적색)	8,000

품명	금액
<b>ㄹ</b>	
맥문동	15,000
맥아	1,500
목과	4,000
목단	10,000
목통	3,000
<b>ㅁ</b>	
(토)반하(250g)	15,000
방풍	6,000
(원)방풍	15,000
백지	6,000
백출	15,000
복령	12,000
복분자	10,000
박하	5,000
<b>ㅂ</b>	
사삼	10,000
사삼자	10,000
산사	8,000
산수유	15,000
산약	12,000
석창포	40,000
세신	15,000
생산약	26,000
삼백초(250g)	4,000
시호	25,000
상기생	6,000
상백피	8,000
상엽	4,000
소엽	4,000
솔잎분말(500g)	8,000
신곡	1,500
<b>ㅅ</b>	
애엽	3,000
약콩	5,000

품명	금액
여성초(500g)	7,000
여성초(250g)	3,500
영지	20,000
영지(1kg)	40,000
자연산영지	48,000
야생오가목	8,000
GAP 오미자	30,000
오미자	26,000
우슬	8,000
운지(1kg)	12,000
운지	6,000
유근피	6,000
음양곽(250g)	11,000
의이인	6,500
익모초	3,000
인진	2,500
일천궁	7,000
연교	15,000
위령선	12,000
<b>ㅇ</b>	
(백)작약	8,000
죽여	2,500
지구목	7,000
지구자	55,000
지모	5,000
지실	13,000
진피	2,000
전호	6,000
지골피	9,000
<b>ㅈ</b>	
차전자	18,000
(토)천궁	18,000
천마	35,000
천초	15,000
천화분	5,000
참빗나무(1단)	2,000
창출	13,000

품명	금액
청피	5,000
치자	9,000
<b>ㅊ</b>	
택사	8,000
<b>ㅋ</b>	
패모	35,000
포공영	4,000
<b>ㆁ</b>	
하고초	10,000
하수오	12,000
현지초	4,500
해동피	7,000
향부자	8,000
향유	3,000
현삼	5,500
홍화씨	8,000
황금	15,000
황기(5년근)	70,000
황기(4년근)	38,000
황기(유기농)	13,000
황기(1년근)	10,000
황백	6,000
(산)황정	10,000
(재배)황정	8,000
후박	9,000
희침	10,000