



## 약이 되는 신약초

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.



▶ **골풀** *Juncus effusus* var. *decipiens*

골풀과의 다년초생

습한 곳에 많이 나는 잡초이며 잎은 보이지 않고 빨대와 같이 생긴 줄기만 길게 자라는데 1m 정도로 길게 자라는 것도 있다. 꽃은 줄기 윗부분에 뭉쳐서 피는데 갈색이고 개화기는 5~6월이다. 옛날에는 이 풀의 골속을 등잔의 심자로 사용하였다.

- 약용 부위 : 줄기.                      • 채취 시기 : 가을
- 분포 : 전국                      • 생장지 : 습기가 많은 곳.
- 약효 성분 : 이노, 산후 부증.

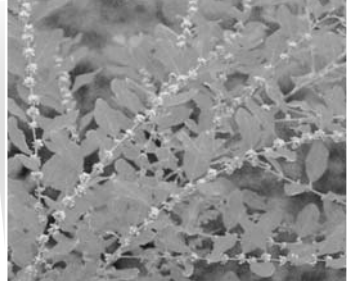
- 말린 약재를 1회에 2~4g 달여서 복용한다.

▶ 광대싸리

*Securinega suffruticosa*

대극과의 낙엽 활엽 교목

야산이나 개울가에 자생하는 낙엽 교목으로 높이 10m 정도에 이르는 것도 있다. 많은 가지를 치며 가지의 끝이 아래를 향해서 처진다. 잎은 긴 타원형이고 잎겨드랑이에 둥근 열매가 많이 달린다. 여름에 작은 담황색의 꽃이 핀다.



- 약용 부위 : 잎
- 채취 시기 : 개화시
- 분포 : 전국 각지에 분포
- 생 장 지 : 야산의 숲
- 약효 용법 : 소아마비
  - 소아마비 효유증 치료약을 만드는데 쓰인다.

▶ 갱이밥 (酢漿草) *Oxalis corniculata*

갱이밥과의 다년초생

집가나 길가 등 어디서라도 쉽게 볼 수 있는 흔한 풀이다. 봄부터 가을까지 계속 작은 노란 꽃이 피고 저녁 때가 되면 꽃과 잎이 모두 오므라든다. 잎이나 줄기를 씹어 보면 신맛이 난다.



- 약용 부위 : 풀전체
- 채취 시기 : 개화중
- 분포 : 전국
- 생장지 : 길가, 밭둑, 풀밭
- 약효 용법 : 열로 인한 갈증, 이질, 간염, 피부병

1. 1일 10~15g을 달여서 3회에 복용한다.
2. 생즙을 마신다.
3. 생풀을 짓찧어 피부병에 바른다.
4. 어린 싹을 뜯어 나물로 먹는다.

▶ 구기자나무(枸杞子) *Lycium chinense*

가짓과의 낙엽 활엽수

한방과 민간약으로 예부터 많이 사용한 가장 친숙한 약나무이다. 들과 산에 자생하는 나무이지만 과수원이나 밭 또는 집의 울타리에도 많이 심는다. 가지가 길게 뻗으면 여름에 연보라색 꽃이 피고 가을에 타원형의 빨간 열매를 많이 맺는다.



- 약용 부위 : 과실, 잎, 뿌리.
  - 채취 시기 : 과실과 뿌리...가을, 잎...여름.
  - 분포 : 전국 각지
  - 생장지 : 산과 들의 양지쪽
  - 약효 용법 : 피로회복, 소염, 이뇨, 고혈압.
1. 말린 약재를 1회에 4~8g 달여서 복용한다.
  2. 구기자술을 담그어 조금씩 복용한다.
  3. 어린순을 나물로 먹는다.



▶ 구절초(九節草)

*Chrysanthemum zawadskii* var. *latilobum*

국화과의 다년초생

얇은 홍색 또는 흰색의 꽃은 7~9월에 피며 가지 끝마다 한 송이씩 피는데 지름은 약 5cm 정도이다.



- 약용 부위 : 풀 전체
- 채취 시기 : 6월
- 분포 : 전국 각지
- 생장지 : 야산
- 약효 용법 : 풍병, 부인 냉증, 위장약.  
- 1일 5~8g을 달여서 3회에 복용한다.



▶ 국화(菊花) *Chrysanthemum morifolium*

국화과의 다년초생

옛날부터 우리나라에 자생하던 재래종 국화를 말한다. 늦가을 서리가 올 무렵에 노랗게 피며 향기가 아주 진하다. 줄기는 높이 70~100cm 정도까지 자라며 많은 털기가 난다. 잎은 어긋나고 깊이 파여 있으며 잎과 줄기에도 끈끈한 국화 특유의 냄새가 난다.

- 약용 부위 : 꽃
- 채취 시기 : 가을.
- 분포 : 전국 각지
- 생장지 : 집 가까이
- 약효 용법 : 기침, 두통

1. 말린 꽃잎 5~10g을 달여서 1일 2~3회에 나누어 복용한다.
2. 국화주를 담가서 복용한다.