

# 프로폴리스와 필자의 건강

조도행 고문

원어 프로폴리스(Propolis)를 우리말로 봉교(蜂膠)라고 번역한 것은 서울대학교 농과대학 양봉학의 거두(巨頭)이셨던 故 최승운 박사와 필자가 합의하여 제정한 용어이다.

필자는 60여년간 꿀벌을 사육하면서 봉교액과 화분단(花粉團)이 5장(간장, 심장, 비장, 폐장, 신장)과 6부(담, 위, 대장, 소장, 삼초, 방광)의 모든 염증질환에 기적적으로 유효함을 알게 되어 지금까지 30여년간 꾸준히 복용하여 건강하게 지내고 있다.

봉교액과 화분단을 복용하면 식욕도 왕성해지고, 잠도 잘 자고, 계절의 극심한 기온변화에 따라 찾아드는 감기의 예방도 되었다. 필자의 가족 및 형제들을 비롯하여 친인척, 동창생들 모두 필자의 권유로 봉교액과 화분단을 복용하여 건강들 하다.

아내도 필자의 양봉업 조수로 60여년간 동고동락하며 봉교액과 화분단을 복용하여 건강하게 지내다가, 노환으로 인해 87세로 별세하였다.

결혼하고 70여년간 동반자였고 조수격인 내자를 먼저 보낸 필자는 외롭고 허전한 마음을 잠시라도 잊으려고 매일 소주로 지냈다. 술의 과음으로 급기야 소장에 탈이 났다. 그리하여 서울시 강남구 시립병원에 입원하게 되었고, 당시 88세의 나이였던 필자의 마취회복을 염려하여 간부급 의사들이 상의를 하게 되었는데, 필자의 건강상태가 50대 정도의 건강체임을 확인한 주치의는 죽지 않으면 살기로 아들 3형제의 각서를 받고 집도기로 하였다.

전신마취를 한 후 집도는 1시간 만에 끝났고, 마취회복은 2시간 만에 회복되었다. 이 때문에 집도 의사를 비롯하여 다른 부서의 의사들도 놀랐다고 한다. 그뿐 아니라 회복도 놀랍게 빨라 100여일 만에 퇴원하게 되었다. 당시 담당의사는 물론이고 간호원들까지 필자의 빠른 회복력이 그들 사이에 화제가 되었다고, 퇴원 후 필자의 간병원을 통하여 들을 수 있었다. 평상시 봉교액과 화분단을 복용한 덕분으로 생각한다.

필자는 금년 92세의 노인인데 시력, 청력, 기억력 모두가 정상적이다. 내가 거주하는 이곳 마을에는 30여호가 살고 있는데, 나의 권유로 봉교액과 화분단을 복용하고 있다. 모두가 식욕도 왕성하고 아무 이상 없이 건강하다며 감사하고 있다.

어느 날 동네 노파들이 필자의 집에 왔다가 익살맞게 ‘할아버지가 약을 주어 밥을 많이 먹게 되었으니 쌀값을 받으러 왔다’ 는 회담을 하며 담소한 적이 있다.

## 그렇다면 봉교란 무엇인가?

모든 식물은 자체 방어를 위하여 살균력과 방부력이 강한 진을 분비하는데, 이 진을 피톤치드(petonched)라고 한다. 일벌의 타액선에서는 왕유(Royal jelly)와 같이 피(혈액)를 맑게 하는 파로틴(parotine)도 분비한다. 학자들의 연구보고에 의하면, 파로틴이 로얄제리의 본체라고 보고된 바 있다. 일벌의 배에는 7환절이 있는데, 3, 4, 5, 6환절은 상하좌우로 흔들어 밀랍을 분비하여 소방(벌집)을 건설한다. 그에 더해 방풍용으로 또는 살균용으로 피톤치드와 파로틴을 가입하여 개포

나 소광대에 싸 바른다. 즉 피톤치드+파로틴+밀랍이 혼합된 물질을 봉교라고 한다.

밀랍에는 2가지가 있다. 일반적인 밀랍과는 달리, 헛집, 꿀뿔개, 고소비 등을 끓는 물에 녹여 자루에 넣어 짜낸 것도 밀랍이라고 하는데, 소초제조의 원료로 쓰인다. 이것은 봉교생산에 사용하는 밀랍과는 전혀 용도가 다르다. 봉산물에 60% 이상의 열을 가하면 효력은 상실된다. 그래서 묽은 꿀은 농축시킬 때 60% 이상의 고온에서 농축시켜서는 아니 되고, 40% 이내에서 농축시켜야 한다.

피톤치드를 비교적 많이 분비하는 나무로는 전나무, 소나무, 잣나무, 미루나무, 수양버들, 갯버들, 옷나무, 마가 목, 두릅나무 등이 손꼽히고 고로쇠나무 수액에도 많이 용해되어 있다. 고로쇠나무 수액이 애용되는 이유가 여기에 있다.

풀(草)로는 상추, 고들빼기, 씬바귀, 도라지, 더덕, 인삼, 미우나물, 마, 감자, 파종류, 쑥, 질경이 등을 들 수 있다. 봄철에 산야에 자생하는 나물에서든 피톤치드가 함유되어 있어 봄철의 나물은 약이 된다고들 한다.

일제시대 때는 폐병 4기만 되면 죽음을 면치 못하였고, 성병인 임질, 매독은 난치병이었으나, 과학이 발달되어 피톤치드를 주원료로 제조한 주사약(페니실린)이 개발되어 지금은 폐병, 임질, 매독환자가 없어졌다.

체질에 따라 봉교액이나 화분단을 복용하여도 효과를 보지 못하는 사람도 있다. 산성체질에는 약이 없다. 산성체질을 알칼리성 체질로 바꾸는 데는 날감자즙이 제일 유효하다. 날감자를 큰 것은 2개 정도, 작은 것은 4~5개 정도 물에 깨끗이 씻은 후 껍질을 벗기지 말고 홍당무 1/2개, 사과 1/2개를 믹서기로 갈아 약수건으로 짜서 1일 2회 1/2컵씩 마시면 된다. 참고로 날감자즙보다 마즙이 더욱 유효하다. 2개월 정도 복용하면 효력을 볼 수 있다.

땅도 산성토양에서는 곡식과 야채류의 성장이 부진하다. 금비는 적게 쓰고 유기질퇴비, 석회석, 연탄재 등을 사용하는 것이 좋다. 땅에 버짚이나 왕겨 등을 깔고 불을 지르는 것도 알칼리성 토양으로 토질을 바꾸는데 도움이 된다. 화전민들이 산에 불을 지르고 감자, 고구마, 옥수수, 메밀을 재배하는 이유를 알았을 것이다.

깨끗이 채취한 봉교는 콩알 정도의 환으로 만들어 화분단 가루에 묻혀 냉장고에 두고 5~6알 정도 복용해도 되지만, 소광대 또는 내피 등에 묻어 있는 봉교는 아무래도 불결하다. 봉교는 물에 잘 녹지 않는다. 90%의 주정(알코올) 4의 분량에 봉교 1의 비율로 용해시키려면 최소한 5개월이 소요된다. 매일 1번씩 흔들어 주어야 하며, 봉교가 완전히 용해되면 깔대기에 여과지를 대고 최소한 2번 이상 걸러주어야 한다. 봉교액을 걸러낸 찌꺼기는 버리지 말고 물로 우려내어 고추밭에 뿌려주면 탄저병의 예방이 된다.

봉교원액 50ml을 물 1.8ℓ 에 희석하여 환자는 1일 3회 1회 40ml(소주잔으로 1잔)씩 복용한다. 예방으로 복용하는 사람은 1일 1회 또는 2일 1회씩 복용해도 된다. 어린이는 어른의 1/2씩 복용한다.

화분과 화분단은 효능이 다르다. 화분은 꽃의 암술과 수술에서 정반이를 위하여 분비하는 가루를 말한다. 일반적으로 꽃가루를 말한다.

화분단은 일벌이 꽃가루를 수집할 때 타액과 파로틴을 분비하여 반죽한 입자를 말한다. 화분하(花粉荷), 화분입(花粉粒)이라고도 한다. 영양분면에서는 같으나, 화분단에는 파로틴이 가입되어 피를 맑게 하는 면에서는 다르다. 어린 일벌은 화분단을 먹어야 로얄제리와 파로틴을 분비한다.

필자가 건강하고 장수하는데는 식단에도 그 이유가 있다. 필자는 영양분이 적은 백미를 피하고 7분도 쌀, 보리, 잡곡을 주식으로 하며, 반찬으로는 철분함량이 풍부한 시금치를 비롯하여 과일식초에 당근, 옥쪽마늘, 느타리버섯, 씬바귀, 고들빼기, 부추, 파, 콩장, 두부, 된장국, 청국장, 김, 미역, 다시마, 피조개 등을 섭취하며 기름진 육류는 피하고 해산물을 즐겨 먹는다. 그리고 매일 봉교액과 화분단을 복용하고 있다.

일본 사람들은 세계적으로 장수국민으로 알려져 있다. 브라질로 이민간 양봉인들이 로얄제리와 봉교액 및 화분단을 생산하여 본국으로 수출하고 있다고 한다. 일본국민은 세계적으로 로얄제리를 비롯하여 봉교액 및 화분단을 가장 많이 복용한다. 또 그들은 육식보다 해산물을 많이 먹으며, 자극이 심한 매운것, 짠것을 피하고, 과식, 과음을 하지 않는다. 술은 도수가 약한 정종을 즐기는데 따듯이 데운 정종을 일본말로 사카즈키잔(우리나라 소주잔의 1/2 정도의 술잔)으로 마시는데, 3~4번에 나누어 입에 댔다 떼었다가 마신다. 술에 만취하여 곤드라지게 마시는 사람은 극히 드물다. 이처럼 로얄제리 및 봉교액과 화분단을 복용하여 절제있는 식음생활을 하는 국민으로 건강하고 장수하는 것은 필연적인 결과라고 본다.

일본의 후생성에서는 10여년 전에 봉교액을 식품으로 인정을 받았다. 우리나라에서도 식약청에서(제2004-0047호) 인정을 받았다. 최근에는 봉교액의 뛰어난 효능을 알게 되어 봉교액을 첨가한 화장품도 판매하고 있다.

#### ▶ 참고

- ① 김해용 : 프로폴리스의 위력
- ② 김해용 : 면역을 키워야 만성병이 낫는다.(화분건강법)
- ③ 최승윤박사 : 신제양봉학
- ④ 최승윤박사 : 양봉 꿀벌과 벌통
- ⑤ 김태욱박사 : 한국의 수목
- ⑥ 이유미박사 : 우리나라 백가지
- ⑦ 와다나베 부자 공저 : 근대양봉
- ⑧ 이노우에단지 : 로얄제리 다수확법
- ⑨ 조도행 : 양봉사계절 관리법
- ⑩ 조도행 : 양봉문답