



오리의 비밀

오리기름이 인체에 어떠한 영향이 있는가?

오늘날 질병은 과거의 질환이나 섭생부주의로 오는 것이 아니라 호흡과 음식물의 섭취를 통해 체내에 유입돼 축적 되는 온갖 독성물질과 중금속, 유해물질이 면역체계를 약화시켜 발생한다는 것이 지금의 의학계 소견이다. 오리의 지질을 구성하는 지방산 조성이 다른 육류와는 크게 다르다. 포화 지방산이 20% 정도인데 불포화 지방산이 70% 이상이다. p/S비율(불포화 지방산 함량을 포화 지방산 함량으로 나눈 값)은 3.4이며 포화 지방산인 팔미트산의 함량이 다른 육류에 비해 적다. 또한 콜레스테롤 함량도 적은 편이다.

한방에서 본 오리고기의 특성 오늘날 질병은 과거의 질환이나 섭생부주의로 오는 것이 아니라 호흡과 음식물의 섭취를 통해 체내에 유입돼 축적 되는 온갖 독성물질과 중금속, 유해물질이 면역체계를 약화시켜 발생한다는 것이 지금의 의학계 소견이다. 인산의학에서 양생의 도 즉, 건강의 요체를 음양의 조화와 오행의 균형으로 보고 있으며 치병용약의 도 역시 해독보원에서 찾고 있다.

체내에 쌓인 독을 풀거나 중화시키면서 원기를 돋우어주는 해독보원의 으뜸약으로 꼽을만한 것 중의 하나가 오리이다. 인산의학에서 제시하는 거의 모든 처방에는 오리가 필수적으로 포함되고 신약의 삼보주사액 역시 집오리의 뇌수를 증류시킨 것임을 감안할 때 오리의 의약적 가치를 충분히 짐작할 수 있다.

오리는 각종 화공약품과 공해독의 해독 외에도 실로 수많은 병종의 치료와 예방을 위한 기본약재로 쓰인다. 신경통, 관절염, 신장염, 신장암, 방광암 등

과 늑막염, 골수염, 결핵척수염, 뇌종양 및 각부의 용종의 치료약이며 부인들 여성들 자궁암 및 적대하, 백대하, 황대하, 혈붕, 치질, 이질 등의 치료시에도 주장약으로 포함된다.

특히 골수염, 골수암의 치료시 팔, 다리뼈를 절단하거나 구멍 뚫어 치료하고 고름을 뺀 뒤의 후유증과 폐결핵, 폐암의 치료시 갈비뼈를 절단한 뒤 덧났을 경우에는 오리가 없으면 치료할 수 없을 정도로 우리는 공해시대에 있어 신약의 으뜸인 셈이다.

오리는 몸 안에 소금 함유량이 높기 때문에 병에 잘 걸리지 않을 뿐만 아니라 상처를 입어도 잘 낫지 않는다. 현대 영양학에서 오리기름에는 인체에 꼭 필요한 필수 지방산인 리놀산, 리놀렌산이 들어 있어서 핏속의 콜레스테롤을 억제하게 하여 체내에 산소 공급을 쉽게 해준다.

또한 오리기름은 다른 동물의 기름과는 달리 물에 녹는 수용성이어서 몸에 해롭지 않으며 다른 대부분의 고기가 산성인데 반하여 알칼리성 이어서 신

체에 부담이 적은 것으로 알려져 있다.

특히 오리는 고혈압, 중풍, 신경통, 허약체질, 결핵, 비만증, 병후회복, 알코올중독, 정력증강, 위장병 등의 치료와 예방에 효과적이며 몸만의 독을 풀어 주고 혈액순환을 돕는 약이 되는 식품이라는 게 현대 영양학의 견해다.

오리는 예로부터 한방의학과 민간요법에서 중풍 고혈압 등 여러 가지 병증의 치료와 예방에 폭넓게 활용되어 왔다.

오리에 관한 옛 문헌의 기록을 종합하여 요약해 보면 '오리는 맛이 달고 짜며 성질은 평하다. 폐경신경에 작용한다. 허한 것을 돕고 열을 덜어주며 장부를 편하게 한다. 갑자기 일어나는 번열과 복수가 차는 것을 치료하며 부은 것을 내리게 하고 골증열, 기침 폐결핵을 다스린다. 오리머리를 달여서 먹으면 수종을 치료하고 소변을 잘 통하게 한다.

오리 피는 맛이 짜고 독이 없는데 형을 보하고 풀어 주므로 빈혈, 이질 등에 쓴다. 더운피를 그대로 마시거나 술에 타서 마신다. 물에 빠져 죽게 된 사람에게 오리 피를 입안으로 흘려 들어가게 하면 소생하는 수도 있다. 이때는 흰 오리의 피를 쓰는 것이 좋다. 오리알은 음기를 보하고 폐열로 인한 기침과 목안이 아플 때, 설사와 이질 등에 삶아서 먹는다. 짜게 해서 먹되 너무 많이 먹는 것이 바람직하지 않다. 오리기름은 성질이 찬데 치질의 일종인 치핵에 바르거나 적목(결막염)초기에 놓아준다.' 고 동의보감, 의학입문, 향약집성방, 동의학사전, 중국약대전 등은 기록하고 있다. 오리고기 지방특성지방은 자

연계에 널리 분포되어 있는데 비중이 0.9로 물보다 가벼워 물에는 녹지 않고 유기용매에 용해된다.

지방은 구조상의 포화정도에 따라 포화지방산과 불포화지방산으로 분류되며 오리고기의 지방성분은 불포화지방산 함량이 높아 식품으로서의 가치가 높다. 일반적으로 식품에 포화지방과 불포화지방 함량의 비율(P/S)이 높을수록 콜레스테롤 생성을 억제하며 영양적으로도 좋다.

따라서 오리고기는 우리가 즐겨먹는 소고기, 돼지고기, 닭고기보다 P/S의 비율이 월등히 높아 성인병을 유발시키는 콜레스테롤 생성을 억제시켜 주는 역할을 하므로 현대인의 성인병 예방에 효과적이다.

또 불포화지방산은 올레산, 리놀레산, 아라키돈산으로 구분되는데 리놀레산, 아라키돈산은 다 불포화지방산이면서 신체의 성장과 유지 및 생리적 과정의 정상적 기능을 유지하기 위해 꼭 필요하지만 체내에서 합성이 안돼 반드시 음식물로 섭취해야 하는 특수성 때문에 필수지방산이라고 한다.

오리고기의 불포화지방성분에는 필수지방산이 많이 함유되어 있다.

또 이 필수지방산은 모든 세포막의 구성성분이면서 평활근의 수축, 혈압의 저하, 대사조절 등 우리 몸에서 호르몬과 비슷한 광범위한 작용을 하는 프로스타글라딘을 형성하는 중요한 역할을 한다.

따라서 오리고기를 많이 섭취하면 혈압저하는 물론 우리 몸의 대사조절기능이 높아져 건강한 신체를 유지하는데 도움을 주게 된다.