

후각과 체취를 알면 건강이 보인다



박 태 균 중앙일보 식품의약전문위원

구수한 된장국 냄새를 맡으면 자신의 어린 시절이 생생하게 떠오른다는 사람이 많다. 또 왁스냄새가 진하게 밴 색연필 상자를 열면서 초등학교 1학년 교실로 되돌아가는 사람도 있다. 이처럼 후각에 의한 기억은 시각·청각 기억보다 뇌 속에 훨씬 더 오래 남는다. 그러나 대부분은 후각을 별 쓸모없는 감각으로 여기고 홀대한다. 사람의 5감 중 단 하나만 포기하라면 아마도 대부분은 후각을 선택할 것이다.

사람의 후각은 곧잘 '피로'를 느낀다. 나쁜 냄새라도 여러 번 맡으면 그 냄새에 차츰 둔감해진다. 애용하는 향수도 오래 사용하면 본인이 그 향을 느끼지 못한다.

그래서 설령 알레르기·코감기·교통사고 등으로 인해 냄새를 잘 맡지 못하게 되더라도 사는 데는 별 지장이 없을 것으로 보는 사람도 있다. 이는 잘못된 생각이다. 화재가 나거나 가스가 켜질 때 냄새를 맡지 못한다면 생명이 위태로워진다. 상한 음식에서 나는 냄새를 맡지 못하면 식중독에 걸릴 위험이 커진다. 또 후각을 잃으면 미각도 함께 상실하는 것이 일반적이다.

후각은 성욕·생식과도 관련이 있다. 성 경험이 없는 수컷 쥐의 후각신경을 절단하면 암컷 쥐에 대한 흥미를 보이지 않는다. 고대 그리스의 의성 히포크라테스는 감기 초기 증세를 보이는 남성 환자에게 더위와 성 접촉을





피하라고 당부했다. 성 접촉이 코를 자극하는 행위라고 봐서다. 교통사고로 후각신경이 손상된 여성은 생리가 중단될 수 있다.

후각은 태어나면서부터 작동된다. 모유를 먹는 신생아의 경우, 엄마의 가슴에서 나는 냄새를 기억한다. 연구자들이 신생아의 코앞에 여러 여성의 가슴 패드를 제시했더니 정확히 자기 엄마의 패드를 찾아냈다고 한다. 산모도 자기 아기의 냄새를 잘 기억한다. 3세 이후엔 자기 나름대로 좋은 냄새와 나쁜 냄새를 선별한다.

후각도 나이를 먹을수록 점차 그 기능이 떨어진다. 그러나 시각·청각보다는 노화 속도가 느리다. 독일에서 25쌍의 부부들을 대상으로 흥미로운 실험을 했다. 면 소재의 셔츠를 1주일간 입게 한 뒤 후각만으로 자신과 배우자가 착용한 셔츠를 찾게 했다. 결과는 ‘거의 식별하지 못한다.’는 것이었다. 이번엔 단지 남성이 입었던 셔츠와 여성이 입었던 셔츠를 냄새만으로 구분하게 했다. 이때도 정답을 내는 사람은 소수였다.

동물은 체취를 풍겨 멀리 있는 상대에게 자신의 존재를 알린다. 그러나 사람은 자신의 냄새로 상대를 유혹하지 않는다. 오히려 식물이나 동물의 향을 이용, 체취를 없애려고 노력한다. 수 천 년 전부터 향료를 만들기 시작한 것은 이래서다. 좋은 냄새는 행복, 나쁜 냄새는 불행으로 여겼다. 고대 이집트의 유적에서 코모양의 상형문자를 발견하면 이를 행복이라고 번역해야 맞다.

좋은 냄새(향기)는 기분이 좋아지게 하고 일의 능률을 높여준다. 이것이 방향학이라는 학문의 탄생 배경이다. 냄새가 사람 등 생물에 어떤 영향을 미치는지를 밝히는 것이 이 학문의 주요 과제중 하나다. 미국(신시내티대학 연구진)에서 지원자에게 40분간 문제를 풀게 한 뒤 한 그룹엔 좋은 냄새가 나는 공기를, 다른 그룹엔 아무 냄새도 없는 공기를 불어 넣어 주는 실험을 했다. 여기서 향기를 맡은 그룹의 점수가 더 높았다. 이 그룹은 뇌파도 뭉가에 더 집중하는 파형을 나타냈다.

냄새 중에서 가장 신경 쓰이는 것은 아마도 자신의 체취일 것이다. 체취의 근원은 피지선과 아포크린선이다. 피지선은 얼굴·생식기 주변에 촘촘하게 분포한다. 아

포크린선은 겨드랑이·사타구니에 많이 존재한다. 어린이의 아포크린선에선 깨끗하고 냄새가 없는 액체가 나온다. 그러나 사춘기에 접어들면 이 액체에 세균이 감염되면서 냄새가 나게 된다.

어떤 음식을 섭취 했느냐도 체취에 영향을 미친다. 마늘·양파·김치를 먹었다면 이 음식의 냄새가 내쉬는 숨은 물론 피부를 통해서도 나온다. 식사 후 칫솔질을 충분히 해도 한국인의 몸에선 약간의 김치와 마늘 냄새, 미국인의 몸에선 버터 냄새가 나는 것은 이래서다.

전장에선 냄새만으로 적군과 이군을 구분하기도 한다. 베트남전쟁에서 월맹군은 눈으로 확인하지 않고, 후각만으로 미군을 식별해냈다고 한다. 채식주의자는 상대의 체취만으로도 그가 어떤 음식을 즐겨 먹는지를 바로 파악한다. 육식을 즐기는 사람의 몸에선 특별한 체취가 느껴진다는 것이다.

체취가 심하면 당사자에게겐 심히 괴로운 일이다. 늘 남을 의식하게 되고 사람이 여럿 모인 곳은 꺼린다. 자신감도 현저히 줄어든다. 체취에 대한 최선의 대책은 청결이다. 목욕을 자주 하고 겨드랑이의 털은 깎아주는 것이 좋다. 향생제가 든 비누·탈취제를 겨드랑이 등에 바르는 것도 방법이다. 탈취제는 향수에 약간의 향생제를 섞은 것이다.

몸을 늘 청결히 해도 특정한 냄새가 지속적으로 난다면 병원을 찾는 것이 안전하다. X선·CT·MRI 등 진단장비가 없었던 과거에는 환자의 몸과 숨을 내쉴 때 나오는 냄새만으로 병을 진단했다. 냄새를 이용한 진단법의 역사는 11세기로 거슬러 올라간다. 당시 아랍의 의사 아비세나가 환자의 오줌냄새를 맡고 병을 진단했다는 기록이 남아 있다.

1세기 전만 해도 의사들은 주로 환자의 체취에 근거해 장티푸스·홍역·황열·디프테리아·천연두 등 전염병을 진단했다. 요즘도 냄새는 의사의 진단을 돕는다. 과일냄새가 나면 당뇨병, 암모니아 냄새가 나면 간질환, 피부에서 소변 냄새가 나면 신장질환, 땀이 썩는 듯한 냄새가 나면 암을 의심한다. 🌐