

# 『食療纂要』中 五菜를 이용한 食治 研究

원광대학교 한의학전문대학원<sup>1</sup> · 원광대학교 한의과대학 원전학교실<sup>2</sup> · 한국전통의학연구소<sup>3</sup>

심현아<sup>1</sup> · 송지청<sup>2</sup> · 엄동명<sup>2, 3\*</sup>

## A Review on the Food-Therapy with Five-Vegetable in 『Sikryochanyo』

<sup>1</sup>Professional Graduate School of Oriental Medicine, Wonkwang University

<sup>2</sup>Dept. of Classics, College of Oriental Medicine, Wonkwang University

<sup>3</sup>Research Center of Traditional Korean Medicine

Sim Hyuna<sup>1</sup> · Song Jichung<sup>2</sup> · Eom Dongmyung<sup>2, 3\*</sup>

**Objective** : 『Sikryochanyo』written by Jeon Soonyi is the first food-Therapy book at Korea. In 『Sikryochanyo』, there are many kinds of food-Therapy including Five-Vegetable therapy.

**Method** : We will try to find out cases of food-therapy with Five-Vegetable in 『Sikryochanyo』.

**Result** : In 『Sikryochanyo』, Five-Vegetable were treated as materia medica widely. Green onion, one of Five-Vegetable as materia medica was the major in use and porridge or soup were the major in frequency.

**Conclusion** : On several types of Five-Vegetable, such as parts or whole, methods to make, the prescription shape etc., there are plenty of usage with its own effectiveness.

**Key Words** : 『Sikryochanyo』, Jeon Soonyi, Food-Therapy, Five-Vegetable

## I. 序 論

우리나라는 오래전부터 藥뿐만 아니라 飮食으로 病을 다스려왔다. 최근에는 飮食에 한약을 넣어 飮食의 맛과 治療를 동시에 기대하는 飮食文化가 一般化되는 등 食治에 대한 관심이 많다.

食治와 관련하여 朝鮮時代に 이미 『食療纂要』라는 食治專門醫書가 編纂되기도 하였다. 『食療纂要』는

朝鮮初 御醫인 全循義의 著作으로, 序文을 보면 全循義는 ‘古人이 處方을 내리는데 있어서 먼저 食品으로 治療하는 것을 우선하고 食品으로 治療가 되지 않으면 藥으로 治療한다.’<sup>1)</sup>고 하여 食治의 重要性을 밝히고 있다.

『食療纂要』의 先行研究로는 신승운의 朝鮮初期의 醫學書 『食療纂要』에 對한 研究<sup>2)</sup>, 김종덕의 『食療纂要』에 대한 四象醫學의 考察<sup>3)</sup>, 신재혁의 『食療纂要』에서 돼지고기를 이용한 食治에 대한 考察<sup>4)</sup> 등이

\* 교신저자 : 엄동명. 전북 익산시 신용동 344-2  
원광대학교 한의과대학 원전학교실

E-mail: haksan@wku.ac.kr

Tel: 063-850-6941 Fax: 063-851-6941

접수일(2011년 9월 05일), 수정일(2011년 9월 05일),  
게재확정일(2011년 9월 23일)

1) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.33-35.

2) 신승운. 朝鮮初期의 醫學書 『食療纂要』에 對한 研究. 서지학회. 40. 2008.

3) 김종덕. 『食療纂要』에 대한 四象醫學의 考察-太陽人식품을 중심으로-. 사상체질의학회지. 17(1). 2005.

있다. 신승운의 연구는 주로 『食療纂要』의 書誌에 관한 것이며, 김중덕의 연구는 四象醫學에 국한하였고, 신재혁의 논문은 돼지고기만 대상으로 있으므로 본 연구와 차이가 있으며, 五菜를 이용한 내용에 대한 연구는 없다.

五菜는 藿, 葱, 韭, 薤, 葵를 말하는데, 五菜가 『食療纂要』에서 食治로 어떻게 사용되었으며 어떠한 방법으로 사용하는지에 대해 研究하고자 한다.

## II. 研究方法

1. 底本은 2004년 농촌진흥청에서 출판된 全循義 著, 金鐘德 譯, 『食療纂要』로 하였다.
2. 『食療纂要』에서 藿, 葱, 韭, 薤, 葵를 포함한 處方을 검색하였다.
3. 검색결과를 主治症, 재료, 만드는 법, 部位, 服用形態 등으로 나누어 정리하여 考察하였다.

## III. 本 論

### 1. 葱

#### 1) 諸風門

治中風 面目浮腫 葱細切煎湯 或作羹粥 食之<sup>5)</sup>

【主症】中風 面目浮腫

【재료】葱

【만드는 법】파를 가늘게 잘라서 달이거나 국이나 죽의 형태로 만들어 복용한다.

【部位】葱 전체

【服用形態】煎湯 혹은 羹 혹은 粥

治老人中風 口目瞶動 煩悶不安 牛蒡根去皮切一升曝乾 杵爲粉 白米四合 淨淘研 以牛蒡粉 和麪 作餛飩內豉汁中 煮 加葱椒五味臠頭 空心食之 恒服極効<sup>6)</sup>

4) 신재혁 외 2인, 『食療纂要』에서 돼지고기를 이용한 食治에 대한 考察. 대한한의학회지 24(3). 2011.

5) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.37-38.

6) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004.

【主症】老人中風 口目瞶動 煩悶不安

【재료】牛蒡根 白米 豉汁 葱 椒 五味 臠頭

【만드는 법】우엉뿌리는 껍질을 제거하고 잘라 한 되를 햇볕에 쪄서 말려 절구에 쪼개 가루로 만든다. 백미는 4홉을 물에 깨끗하게 씻어 간다. 우엉분말로 수제비를 만들어 된장국물에 넣어 끓인다. 파, 산초, 양념, 곰국을 넣어 공복에 복용한다.

【部位】葱 전체

【服用形態】餛飩

### 2) 傷寒門

治傷寒寒熱 骨節碎痛 葱細切煎湯 或作羹粥食之<sup>7)</sup>

【主症】傷寒寒熱 骨節碎痛

【재료】葱

【만드는 법】파를 잘게 잘라 끓이거나 국이나 죽으로 만들어 복용한다.

【部位】葱 전체

【服用形態】煎湯 혹은 羹 혹은 粥

### 3) 脾胃門 附反胃五

治脾胃氣弱 不多食 痿瘦 黃雌鷄肉 五兩 白麵 七兩 葱白 細切二合 以切肉作餛飩 下椒醬五味調和 煮熟空心食之 日一服 益藏府 悅顏色<sup>8)</sup>

【主症】脾胃氣弱 不多食 痿瘦

【재료】黃雌鷄肉 白麵 葱白 椒 醬 五味

【만드는 법】암탉 살코기 5량, 흰 밀가루 7 냥, 총백 2홉을 잘게 자른 것과 고기를 잘게 썰어 만두를 만들어 산초, 간장, 양념과 섞어 끓여 익혀 복용한다.

【部位】葱白

【服用形態】餛飩

治脾胃氣虛 腸滑 不下食 野雞一隻 治如食 細研 着橘皮 葱椒鹽醬 和作餛飩 煮熟 空心食之<sup>9)</sup>

pp.45-46.

7) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.47-48.

8) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.67-68.

【主症】脾胃氣虛 腸滑

【재료】野雞 橘皮 葱 椒 鹽 醬

【만드는 법】꿩 한마리를 보통 요리하는 방법과 같이 잘게 갈아 굴피, 파, 산초, 소금, 간장과 함께 만두로 만들어 푹 끓여 복용한다.

【部位】葱 전체

【服用形態】餛飩

#### 4) 腰痛門 附脚氣濕痺四肢

治浮腫脹滿 不下食 心悶 豬肝一具 切作醬 着葱白豉薑椒 熟食之 又以水煮令熟 切食之 又以紫蘇子半升 搗碎亦濾取汁 粳米二合 煮粥 空心食之<sup>10)</sup>

【主症】浮腫脹滿 心悶

【재료】豬肝 葱白 豉 薑 椒 혹은 紫蘇子 粳米

【만드는 법】①돼지 간 한 개를 잘라 저미고 총백, 된장, 생강, 산초를 넣어 익혀 복용한다. ②물에 넣고 끓여 익혀 잘라 복용한다. ③차조기씨 반근을 찢어 부수어 물에 씻어 거른 후 그 즙을 취하여 멍쌀 2홉을 넣어 죽으로 끓여 복용한다.

【部位】葱白

【服用形態】煎湯 혹은 切食 혹은 粥

治脚氣 腎虛腰脚無力 豬腎一隻 去脂膜 米二合 葱白切二合 豉汁中作粥 着椒薑 任性食之空心<sup>11)</sup>

【主症】脚氣 腎虛腰脚無力

【재료】豬腎 米 葱白 豉汁 椒 薑

【만드는 법】돼지콩팥 1개를 기름과 껍질을 제거하고 쌀 2홉과 총백 2홉을 자르고 된장국물에 끓여 죽으로 만들고 산초, 생강을 넣어 복용한다.

【部位】葱白

【服用形態】粥

#### 5) 眼目門

治肝臟虛弱 遠視無力 豬肝一具 去膜細切 葱白一握去鬚切 雞子三枚 豉汁煮作羹 臨熟 打破雞子 投在內食之 又以葱子半斤 炒熟末 每服一匙 以水二大盞 煎取一盞 去滓 下米煮粥 食之<sup>12)</sup>

【主症】肝臟虛弱 遠視無力

【재료】①豬肝 葱白 雞子 豉汁 ②葱子

【만드는 법】①돼지 간 1개를 껍질을 제거하고 잘게 썰고 총백 한 움큼을 뿌리를 제거하고 자르고 계란 3개를 준비한다. 된장국물에 넣어 끓여 국으로 만들고 익기 직전에 계란을 깨뜨려 넣어 만들어 복용한다. ②파의 씨 반근을 볶아 익혀 가루로 만들어 매번 한 숟가락씩 복용하는데 물2대접을 넣어 달여 1잔을 취하여 찌꺼기는 제거하고 쌀을 넣어 죽으로 끓여 복용한다.

【部位】①葱白 ②葱子

【服用形態】①羹 ②粥

#### 6) 耳聾門 附鼻塞

治五藏氣壅 耳聾 白鵝脂二兩 粳米三合 和煮粥 調和五味葱豉 空腹食之<sup>13)</sup>

【主症】五藏氣壅 耳聾

【재료】白鵝脂 粳米 五味 葱 豉

【만드는 법】흰 거위의 기름 2량과 멍쌀 3홉을 끓여 죽으로 만들어 양념과 파,된장을 넣어 만들어 복용한다.

【部位】葱 전체

【服用形態】粥

#### 7) 諸虛門

治腎勞損 精氣竭絕 羊腎一隻 去膜切 葱白一握切 米三合 如常法調和 作羹食之 作粥亦得<sup>14)</sup>

9) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.79-80.

10) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.86-87.

11) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.90.

12) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.94.

13) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.101.

14) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.113-114.

【主症】腎勞損 精氣竭絕

【재료】羊腎 葱白 米

【만드는 법】양의 콩팥1개를 껍질을 제거하고 자르고 총백 한 움큼을 자르고 쌀 3홉을 준비한다. 보통 요리하는 방법과 같이 넣고 국이나 죽으로 만들어 복용한다.

【部位】葱白

【服用形態】羹 혹은 粥

治五勞七傷 陰痿氣弱 雄雞肝一具細切 兔絲子半兩粟米一合 以水二大盞半 入五味及葱 煮作粥 空心食之<sup>15)</sup>

【主症】五勞七傷 陰痿氣弱

【재료】雄雞肝 兔絲子 粟米 水 五味 葱

【만드는 법】수탉의 간 1개를 잘게 자르고 새삼씨 반량과 좁쌀 1홉에 물을 2대접 반을 넣고 양념과 과일을 넣어 죽으로 만들어 복용한다.

【部位】葱 전체

【服用形態】粥

治臟腑虛損 羸瘦 陽氣乏弱 雀兒五隻 治如食法細切粟米一合 葱白五莖切 先炒焦雀兒 次入酒一合 煮少時 入水二大盞半 下米煮作粥 欲熟 下葱白五味等候熟 空心食之<sup>16)</sup>

【主症】臟腑虛損 羸瘦 陽氣乏弱

【재료】雀兒 粟米 葱白 酒 五味等

【만드는 법】참새 5마리를 보통 요리하는 방법과 같이 잘게 자르고 좁쌀 1홉과 총백 5뿌리를 자른다. 먼저 참새를 볶고 다음으로 술 1홉을 넣어 잠깐 삶아 물 2대잔반을 넣고粟米을 넣고 삶아 죽으로 만든다. 익으려고 하면 총백과 양념 등을 넣고 익혀 복용한다.

【部位】葱白

【服用形態】粥

8) 諸熱門 附不得眠

治卒煩熱 白鴨煮葱和葱豉 作汁飲之<sup>17)</sup>

【主症】卒煩熱

【재료】白鴨 葱 豉

【만드는 법】흰 오리를 과와 된장을 같이 넣어 삶아 즙으로 만들어 복용한다.

【部位】葱 전체

【服用形態】汁

9) 水腫門

治十種水病 不差垂死 獐猪肉一斤 研米半升 豉汁中煮作粥 着薑椒葱白 空心食之 單煮反作羹炒任意食 亦可<sup>18)</sup>

【主症】十種水病

【재료】獐猪肉 研米 豉汁 薑 椒 葱白

【만드는 법】오소리고기 1근과 멧쌀가루 반근을 된장국에 넣어 끓여 죽으로 만들어 생강, 산초, 총백을 넣어 복용한다. 또는 오소리만 끓여 국으로 만들어 복용해도 좋다.

【部位】葱白

【服用形態】粥 혹은 羹

10) 骨蒸勞門

治勞熱喘吸 四肢煩痛 及辟朝露 豉二合 葱白一握兼鬚米二合 水二升 煮葱豉汁澄濾 投米煮稀粥 空心食之<sup>19)</sup>

【主症】勞熱喘吸 四肢煩痛

【재료】豉 葱白 鬚米 葱 豉汁

【만드는 법】된장 2홉에 총백 한 움큼과 쌀 2홉을 물 2되에 과, 된장을 넣고 삶아 맑게 거르고 쌀을 넣고 삶아 묽은 죽으로 만들어 복용한다.

【部位】葱白

【服用形態】粥

15) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.118-119.

16) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.119-120.

17) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.128-129.

18) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.155.

19) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.186.

治虛勞骨蒸 乍寒乍熱 背膊疼 瘦弱無力 豬腎二枚去膜 熟煮細切 着鹽醬葱椒及米糝 作羹食之<sup>20)</sup>

【主症】虛勞骨蒸 背膊疼 瘦弱無力

【재료】豬腎 鹽 醬 葱 椒 米糝

【만드는 법】돼지 콩팥 2개를 껍질을 제거하고  
푹 삶아 익혀 잘게 자르고 소금, 간장,  
파, 산초, 쌀풀을 넣고 국으로 만들어  
복용한다.

【部位】葱 전체

【服用形態】羹

治虛勞骨熱 背膊煩疼痛 不能下食 枸杞嫩葉四兩葱白一  
握切於豉中煮作羹如法食之<sup>21)</sup>

【主症】虛勞骨熱 背膊煩疼痛

【재료】枸杞嫩葉 葱白 豉

【만드는 법】구기자나무의 어린 잎 4량, 총백 한  
움큼을 자르고 된장국물에 넣어 삶아  
보통의 요리하는 방법같이 하여  
국으로 만들어 복용한다.

【部位】葱白

【服用形態】羹

治腎勞損 精氣竭絕 羊腎一隻去膜切葱白一握切米三合  
如常法調和作羹食之作粥亦得<sup>22)</sup>

【主症】腎勞損 精氣竭絕

【재료】羊腎 葱白 米

【만드는 법】양의 콩팥 1개를 껍질을 제거하고  
자르고, 총백 한 움큼을 자르고 쌀 3  
홉을 보통의 요리하는 방법과 같이  
하여 국으로 만들거나 죽으로 만들어  
복용하여도 좋다.

【部位】葱白

【服用形態】羹 혹은 粥

## 11) 諸痢門

治脾胃氣虛 下痢 日夜不止 腸滑 不下食 雉一隻 治如食  
法 著橘皮末葱椒鹽醬調和 作餠飪 熟煮 空心食之<sup>23)</sup>

【主症】脾胃氣虛 下痢 日夜不止 腸滑

【재료】雉 橘皮末 葱 椒 鹽 醬

【만드는 법】꿩 1마리를 보통의 요리하는 방법과  
같이하고 굴피가루, 파, 산초, 소금,  
간장을 넣어 수제비로 만들어 푹 삶아  
익혀 복용한다.

【部位】葱 전체

【服用形態】餠飪

治赤白痢 葱白一握 細切 和米煮粥 空心服之<sup>24)</sup>

【主症】赤白痢

【재료】葱白

【만드는 법】총백 한 움큼을 잘게 잘라 쌀과 함께  
끓여 죽으로 만들어 복용한다.

【部位】葱白

【服用形態】粥

治腸胃冷 下痢赤白 鯽魚切如膽四兩 粳米二合 和膽煮  
粥 椒鹽葱白 任意食之<sup>25)</sup>

【主症】腸胃冷 下痢赤白

【재료】鯽魚 粳米 椒 鹽 葱白

【만드는 법】붕어 4량을 회처럼 썰고 맷쌀 2홉을  
회와 함께 끓여 죽으로 만들어 산초,  
소금, 총백을 넣어 만들어 복용한다.

【部位】葱白

【服用形態】粥

## 12) 諸淋門

治男女熱淋血淋 赤小豆椎三合 熯火炒熟 爲末 煨葱一  
莖 細剉 煖熟酒服 二錢匕<sup>26)</sup>

20) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.187.

21) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.187.

22) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.187-188.

23) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.193-194.

24) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.198-199.

25) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.208-209.

26) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.208-209.

【主症】男女熱淋血淋

【재료】赤小豆 葱 酒

【만드는 법】 붉은 팥 3홉을 약한 불에 볶아 익혀 가루로 만든다. 파 1줄기를 채에 묻어 굵고 잘게 자르고 따뜻한 술에 2분씩 복용한다.

【部位】葱 전체

【服用形態】末

治五淋 小便赤少 莖中痛 冬麻子一升 水研濾取汁二升 下米三合 煮粥 着葱椒 熟煮 空心服之<sup>27)</sup>

【主症】五淋 小便赤少 莖中痛

【재료】冬麻子 米 葱 椒

【만드는 법】 동마자 1되에 물을 넣고 갈아 걸러 그 즙을 2되을 취하여 쌀 3홉을 넣어 끓여 죽으로 만들어 파와 산초를 넣어 끓여 만든다.

【部位】葱

【服用形態】粥

治小便澁少 莖中痛 葵菜三斤 葱白一握 米三合 煮葵取汁 投米及葱煮熟 點少許濃豉汁調和 空心食之<sup>28)</sup>

【主症】小便澁少 莖中痛

【재료】葵菜 葱白 米 豉汁

【만드는 법】 아욱 3근과 총백 한 움큼 3홉을 준비한 다음 아욱을 삶아 즙을 취하고 쌀과 파을 넣어 삶아 익혀 진한 된장국물에 조금 넣어 복용한다.

【部位】葱白

【服用形態】羹

治熱淋 小便出血 莖中痛 車前葉切一斤 葱白切一握 米二合 豉汁中煮作羹 空心食之<sup>29)</sup>

【主症】熱淋 小便出血 莖中痛

【재료】車前葉 葱白 米 豉汁

【만드는 법】 자른 질경이 잎 1근과 자른 총백 한

움큼과 쌀 2홉을 된장국물에 넣어 끓여 국으로 만들어 복용한다.

【部位】葱白

【服用形態】羹

治小便澁少 疼痛 青頭鴨一隻 治如食法 蘿蔔根 冬瓜 葱白 各四兩 如常法作羹 鹽醋調和 空心食之 白煮亦佳 又青梁米 葱白 各一兩 豉汁中煮作粥 食之<sup>30)</sup>

【主症】小便澁少 疼痛

【재료】①青頭鴨 혹은 白鴨 蘿蔔根 冬瓜 葱白 鹽醋 ② 青梁米 葱白

【만드는 법】 ①청둥오리 1마리를 보통의 요리방법과 같이 준비하고, 무뿌리와 동아, 총백을 각 4량을 준비한다. 보통의 요리방법과 같이 국으로 만들고 소금, 식초로 간을 맞춘다. 흰오리로 삶아 먹어도 역시 좋다. ②또는 청량미와 총백을 각 1량씩 된장국물에 넣어 삶아 죽으로 만들어 복용한다.

【部位】①葱白 ②葱白

【服用形態】①羹 ②粥

治小便澁痛 冬瓜一斤 治治如食法 葱白一握切 冬麻仁一升 水研取汁 以麻子汁作煮粥 空心食之<sup>31)</sup>

【主症】小便澁痛

【재료】冬瓜 葱白 冬麻仁 麻子汁

【만드는 법】 동아 1근을 보통의 요리방법과 같이 준비하고 총백 한 움큼을 자르고 삼씨 1근을 물과 함께 갈아 즙을 취하여 죽으로 만들어 복용한다.

【部位】葱白

【服用形態】粥

### 13) 小便不通門 附小便數

治老人淋 小便秘澁 煩熱燥痛 四肢寒慄 葵菜四兩切 青梁米三合研 葱白一握切 煮作羹 下五味椒醬空心食之 極治小便不通<sup>32)</sup>

27) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.209.

28) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.210.

29) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.210.

30) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.211.

31) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.213.

【主症】老人淋 小便秘澁 煩熱燥痛 四肢寒慄

【재료】葵菜 青梁米 葱白 五味 椒 薑

【만드는 법】아욱 4량을 자르고 청량미 3홉을 갈고 총백 한 움큼을 잘라 같이 넣어 삶아 국으로 만들고 양념, 산초, 간장을 넣어 복용한다.

【部位】葱白

【服用形態】羹

#### 14) 諸痔門 附腸風痔瘻

治痔下血不止無力 野雞一隻 治如食法細切 着小麪并鹽椒葱白調和 溲作餅 炙熟和醋食之 ○樞實主五痔如菓食之 過多則滑腸<sup>32)</sup>

【主症】痔下血不止無力

【재료】野雞 小麪 鹽 椒 葱白 醋 樞實

【만드는 법】꿩 1마리를 보통의 요리하는 방법과 같이 잘게 썰고 밀가루와 소금, 산초, 총백을 넣고 반죽하여 떡으로 만들어 구워 익혀 식초와 함께 먹는다.

【部位】葱白

【服用形態】餅

治五痔下血 蒼耳葉一斤 米二合 蒼耳細切 於豉汁中和米 作羹 着椒葱白 空心食之<sup>34)</sup>

【主症】五痔下血

【재료】蒼耳葉 米 豉汁 椒 葱白

【만드는 법】도꼬마리 잎 1근과 쌀 2홉을 준비하고, 도꼬마리 잎은 잘게 잘라 된장 국물에 쌀과 같이 넣어 국으로 만든다. 산초, 총백을 넣어 먹는다.

【部位】葱白

【服用形態】羹

治下血不止痔 桑耳半斤 水三升 煎取二升 去滓着鹽椒葱白米糝煮粥食之<sup>35)</sup>

【主症】下血不止痔

【재료】桑耳 鹽 椒 葱白 米糝

【만드는 법】뽕나무버섯 반근을 물 3되에 달여 2되를 취하고 찌꺼기는 버리고 소금, 산초, 총백, 쌀풀을 넣어 끓여 죽으로 만들어 복용한다.

【部位】葱白

【服用形態】粥

#### 15) 妊娠諸病門

治妊娠 胎不長 兼數傷胎 鯉魚二介 糯米一升 如法作臠 入葱豉 少着鹽醋食之 一月中三五徧作食之 極效<sup>36)</sup>

【主症】妊娠胎不長 兼數傷胎

【재료】鯉魚 糯米 葱 豉 鹽 醋

【만드는 법】잉어 2마리와 참쌀 1되를 요리하는 방법과 같이 하여 고깃국으로 만들어 파와 된장을 넣고 소금, 식초를 조금 넣어 복용한다.

【部位】葱 전체

【服用形態】臠

治胎動腰痛搶心 或下血 並治胎動不安 葱白 不限多少 濃煮汁飲之一云 銀器煮服<sup>37)</sup>

【主症】胎動腰痛搶心 或下血 並治胎動不安

【재료】葱白

【만드는 법】총백을 적당량을 넣고 진하게 끓여 즙으로 만들어 복용한다.

【部位】葱白

【服用形態】汁

治妊娠胎動 臟府擁熱 嘔吐 不下食 心煩燥悶 鯉魚一頭 治如食法 葱白一握切 水三升 煮魚葱令熟 空心食之<sup>38)</sup>

【主症】妊娠胎動 臟府擁熱 嘔吐 心煩燥悶

【재료】鯉魚 葱白

32) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.228.

33) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.239-240.

34) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.240-241.

35) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.241-242.

36) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.268-269.

37) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.273.

38) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.273.

【만드는 법】 잉어 한 마리를 보통의 요리방법 같이 하여 준비하고 총백 한 움큼을 자르고 물 3되에 넣어 잉어와 총백을 익도록 삶아 만들어 복용한다.

【部位】 葱白

【服用形態】 煎湯

治妊娠小便淋瀝 胎不安 鯉魚一枚重一斤 治如食法 葵菜一斤 葱白切四兩水五升 煮熟着少鹽 和魚菜并汁同食之<sup>39)</sup>

【主症】 妊娠小便淋瀝 胎不安

【재료】 鯉魚 葵菜 葱白 鹽

【만드는 법】 잉어 1마리를 보통의 요리방법 같이 하고, 아욱 1근과 자른 총백 4량을 물 5되에 넣어 삶아 익혀 소금을 조금 넣어 잉어와 채소와 함께 즙을 복용한다.

【部位】 葱白

【服用形態】 菜并汁

治妊娠胎動不安 心腹刺痛 如有所傷 且喫五七日效 鯉魚一斤 修事淨切 阿膠一兩 搗碎炒令黃燥糯米二合 以水二升 入魚膠米煮令熟 入葱白 生薑 橘皮 鹽 各少許 更煮五七沸 食前喫<sup>40)</sup>

【主症】 妊娠胎動不安 心腹刺痛 如有所傷 且喫五七日效

【재료】 鯉魚 阿膠 糯米 葱白 生薑 橘皮 鹽

【만드는 법】 잉어 1근을 깨끗이 씻어 자르고 아교 1량을 찢어 부수어 볶아 황색이 되도록 말리고 찹쌀 2홉을 준비한다. 물 2되에 잉어, 아교, 찹쌀을 넣고 삶아 익히고 총백, 생강, 굴피, 소금을 조금 넣어 다시 삶아 5~7번 끓으면 복용한다.

【部位】 葱白

【服用形態】 煎湯

安胎及風寒濕痺 腰脚痛 烏雌雞一隻 治如食 糯米三合 煮雞熟切肉 下豉汁中和米煮粥 着鹽椒薑葱和 空心食之 作羹及餛飩索餅皆可<sup>41)</sup>

【主症】 安胎及風寒濕痺 腰脚痛

【재료】 烏雌雞 糯米 豉汁 鹽 椒 薑 葱

【만드는 법】 검은 암탉 1마리를 요리하는 방법으로 준비하고 찹쌀 3홉을 준비한다. 닭은 삶아 익혀 자르고 된장국물에 찹쌀과 함께 넣어 삶아 죽으로 만들어 소금, 산초, 생강, 파를 넣어 복용한다. 혹은 국이나 만두, 가래떡으로 만들어도 좋다.

【部位】 葱 전체

【服用形態】 粥 혹은 羹 혹은 餛飩 혹은 索餅

## 16) 產後諸疾門

治產後虛損 乳汁不下 豬蹄一隻 治如常 白米半升 以水煮令爛 取肉切 投米煮粥 着鹽醬葱白椒薑和食之<sup>42)</sup>

【主症】 產後虛損 乳汁不下

【재료】 豬蹄 白米 鹽 醬 葱白 椒 薑

【만드는 법】 돼지발굽 1개를 보통 요리방법과 같이 준비하고 백미 반되를 준비한다. 돼지발굽을 물에 넣어 푹 삶아 익히고 고기는 자르고 쌀을 넣어 끓여 죽으로 만든다. 소금, 장, 총백, 산초, 생강을 넣어 복용한다.

【部位】 葱白

【服用形態】 粥

治產後中風 血氣壅驚邪憂恚 豬心一枚 煮熟切 以葱鹽椒調和 作羹食之<sup>43)</sup>

【主症】 產後中風 血氣壅驚邪憂恚

【재료】 豬心 葱 鹽 椒

【만드는 법】 돼지심장 1개를 삶아 익혀 자르고 파, 소금, 산초를 넣어 국으로 만들어 복용한다.

39) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.277.

40) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.278.

41) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.279.

42) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.285-286.

43) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.287.

【部位】葱 전체

【服用形態】羹

治産後生羸喘乏 乍寒乍熱 病如瘧狀 名蓐勞 猪腎一具 去脂四破 如無以羊腎代 香豉綿裹 白粳米葱白 各一升 右 四味 以水三斗 煮取五升 去滓 任性服之 不差更作<sup>44)</sup>

【主症】産後 蓐勞

【재료】猪腎 香豉 白粳米 葱白

【만드는 법】돼지 콩팥 1개를 기름을 을 제거하여 4등분한다. 만약 돼지 콩팥이 없으면 양의 콩팥으로 대용한다. 배주를 천으로 싸고, 흰 멥쌀과 총백을 각 1되를 준비하여 위의 4가지를 물 3말에 넣고 삶아 5되를 취하고 찌꺼기는 버려 편하게 복용한다.

【部位】葱白

【服用形態】煎湯

治療産後虛勞 骨節疼痛 頭痛 汗不出 猪腎一隻煮入葱 豉作臠 如常食之<sup>45)</sup>

【主症】産後虛勞 骨節疼痛 頭痛 汗不出

【재료】猪腎 葱 豉

【만드는 법】돼지 콩팥 1개를 삶아 파, 된장을 넣어 고깃국을 만들어 평상시같이 복용한다.

【部位】葱 전체

【服用形態】臠

### 17) 小兒諸病門

治小兒小便不通 肚痛 粟米一合 葱白三七莖 去鬚細 切 以水煮作稀粥 臨熟 投葱白攪勻 溫食之<sup>46)</sup>

【主症】小兒 小便不通 肚痛

【재료】粟米 葱白

【만드는 법】좁쌀 1홉과 총백 21뿌리를 준비하고 잔뿌리를 제거하고 잘게 잘라 물에

넣고 끓여 묽은 죽으로 만들어 익으 려고 하면 총백을 넣어 고루 휘저어 따뜻하게 복용한다.

【部位】葱白

【服用形態】粥

## 2. 韭

### 1) 諸風門

治中風失音 韭研汁服之<sup>47)</sup>

【主症】中風失音

【재료】韭

【만드는 법】갈아서 汁으로 복용한다.

【部位】韭 전체

【服用形態】汁

### 2) 心腹痛 附脊痛門

治心脾骨痛 韭生研服之<sup>48)</sup>

【主症】心脾骨痛

【재료】韭

【만드는 법】생으로 갈아서 복용한다.

【部位】韭 전체

【服用形態】간 것

### 3) 諸渴門

療渴 止小便數 韭苗 日食三五兩 或炒或羹 無入鹽極效 食得十斤佳 入醬無妨 過清明勿食<sup>49)</sup>

【主症】渴 小便數

【재료】韭苗 鹽

【만드는 법】부추 싹을 날마다 3~5량씩 볶거나 국으로 만들어 복용한다.

【部位】韭苗

【服用形態】볶음 혹은羹

44) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.291-292.

45) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.294-295.

46) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.308.

47) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.40.

48) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.51.

49) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.168.

#### 4) 諸痢門

治卒下痢 韭葉同鯽魚鮓煮食之<sup>50)</sup>

【主症】卒下痢

【재료】韭葉 鯽魚鮓

【만드는 법】부추 잎과 붕어젓갈을 같이 삶아 복용한다.

【部位】韭葉

【服用形態】煮

治水穀痢 韭作羹粥燥炒 任食之<sup>51)</sup>

【主症】水穀痢

【재료】韭

【만드는 법】부추로 국이나 죽을 만들어 복용하거나 데치거나 볶아 복용한다.

【部位】韭 전체

【服用形態】羹 혹은 粥 혹은 데침 혹은 볶음

#### 5) 犬獶犬咬門 附虎咬馬毒

治凡犬咬人 飲生薑汁一升 韭汁亦可 又差後復發獶犬咬同<sup>52)</sup>

【主症】犬咬人

【재료】生薑 혹은 韭

【만드는 법】생강즙 1되를 복용한다. 혹은 부추즙 또한 가능하다.

【部位】韭 전체

【服用形態】汁

### 3. 薤

#### 1) 諸痢門

治赤白痢 又治久痢不差 腹中常惡 薤白一握切煮粥食之 但多煮食之 若赤痢 合黃蘗皮 煮服之差 又以一握 生細搗 粳米粉與蜜相和 作餅炙熟 喫不過兩三<sup>53)</sup>

50) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.200.

51) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.220-221.

52) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.259-260.

53) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.199-200.

【主症】赤白痢 又治久痢不差 腹中常惡

【재료】薤白 黃蘗皮 粳米粉 蜜

【만드는 법】헤백 한 움큼을 잘라 끊어 죽으로 만들어 복용한다. 단 많이 끊어서 먹는다. 만약 赤痢疾에는 황벽겉질을 합하여 삶아 차도가 있고 또 헤백 한 움큼을 생것으로 가늘게 찢어 멍쌀가루와 꿀을 함께 섞어 떡으로 만들어 구워 익혀 2~3번 복용한다.

【部位】薤白

【服用形態】粥 혹은 餅

#### 2) 犬獶犬咬門 附虎咬馬毒

治虎咬 薤汁飲一升 日三<sup>54)</sup>

【主症】虎咬

【재료】薤

【만드는 법】염교즙을 1되씩 하루 3번 복용한다.

【部位】薤 전체

【服用形態】汁

#### 3) 產後諸疾門

治產後諸痢 薤白煮食之 惟多益好<sup>55)</sup>

【主症】產後諸痢

【재료】薤白

【만드는 법】염교를 삶아 복용한다.

【部位】薤白

【服用形態】煎湯

### 4. 葵

#### 1) 諸熱門 附不得眠

治熱病熱毒發瘡 頭面及身 須臾周匝 狀如火瘡 皆帶瘰癧 或沒或生 葵菜爛煮 以蒜薑同食之即止<sup>56)</sup>

【主症】熱病熱毒發瘡 頭面及身 須臾周匝 狀如火

54) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.261.

55) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.285.

56) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. pp.131-133.

瘡 皆帶瘰癧 或沒或生

【재료】 葵菜 蒜

【만드는 법】 아욱을 문드러지게 삶아 마늘에 같이 버무리 복용한다.

【部位】 葵菜

【服用形態】 爛煮

## 2) 諸淋門

治小便澁少 莖中痛 葵菜三斤 葱白一握 米三合 煮葵取汁 投米及葱煮熟 點少許濃豉汁調和 空心食之<sup>57)</sup>

【主症】 小便澁少 莖中痛

【재료】 葵菜 葱白 米 豉汁

【만드는 법】 아욱 3근과 총백 한 움큼 3홉을 준비한 다음 아욱을 삶아 즙을 취하고 쌀과 파을 넣어 삶아 익혀 진한 된장 국물에 조금 넣어 복용한다.

【部位】 葵菜

【服用形態】 羹

## 3) 小便不通門 附小便數

治老人淋 小便秘澁 煩熱燥痛 四肢寒慄 葵菜四兩切 青梁米三合研 葱白一握切 煮作羹 下五味椒醬空心食之 極治小便不通<sup>58)</sup>

【主症】 老人淋 小便秘澁 煩熱燥痛

【재료】 葵菜 青梁米 葱白 五味 椒 醬

【만드는 법】 아욱 4량을 자르고 청량미 3홉을 갈고 총백 한 움큼을 잘라 같이 넣어 삶아 국으로 만들고 양념, 산초, 간장을 넣어 복용한다.

【部位】 葵菜

【服用形態】 羹

## 4) 妊娠諸病門

妊娠小便淋澁 胎不安 鯉魚一枚重一斤 治如食法 葵菜一斤 葱白切四兩 水五升 煮熱着少鹽 和魚菜并汁同食之<sup>59)</sup>

【主症】 妊娠小便淋澁 胎不安

【재료】 鯉魚 葵菜 葱白 鹽

【만드는 법】 잉어 1마리를 보통의 요리방법 같이 하고, 아욱 1근과 자른 총백 4량을 물 5되에 넣어 삶아 익혀 소금을 조금 넣어 잉어와 채소와 함께 즙을 복용한다.

【部位】 葵菜

【服用形態】 菜并汁

# IV. 考 察

## 1. 五菜를 이용하여 치료한 병증 분류

『食料纂要』에는 콩잎을 제외한 五菜를 이용한 治療法이 수록되어 있다.

과를 사용한 병증을 보면 諸風門에는 中風으로 인한 面目浮腫에, 老人中風으로 인한 口目瞶動과 煩悶不安에, 傷寒門에는 傷寒寒熱로 인한 骨節碎痛에, 脾胃門에는 脾胃氣弱으로 인한 痿瘦에, 脾胃氣虛로 인한 腸滑에, 腰痛門에는 浮腫脹滿으로 인한 心悶에, 脚氣로 인한 腎虛腰脚無力에, 眼目門에는 肝臟虛弱으로 인한 遠視無力에, 耳聾門에 五藏氣壅으로 인한 耳聾에, 諸虛門에는 腎勞損으로 인한 精氣竭絶에, 五勞七傷으로 인한 陰痿氣弱에, 臟腑虛損으로 인한 羸瘦와 陽氣乏弱에, 諸熱門에는 卒煩熱에, 水腫門에는 十種水病에, 骨蒸勞門에는 勞熱喘吸과 四肢煩痛에, 虛勞骨蒸으로 背膊疼과 瘦弱無力에, 虛勞骨熱으로 인한 背膊煩疼에, 腎勞損으로 인한 精氣竭絶에, 諸痢門에는 脾胃氣虛로 인한 下痢日夜不止와 腸滑에, 赤白痢에, 腸胃冷으로 인한 下痢赤白에, 諸淋門에는 男女熱淋血淋에, 五淋으로 인한 小便赤少와 莖中痛에, 小便澁少와 莖中痛에, 熱淋으로 인한 小便出血과 莖中痛에, 小便澁少와 疼痛에, 小便澁少에, 小便不通門에는 老人淋으로 인한 小便秘澁과 煩熱燥痛에, 諸痔門에는 痔下血不止無力에, 五痔下血에, 下血不止痔에, 妊娠諸病門에는 妊娠胎不長과 數傷胎에, 胎動腰痛搶心하거나 下血과 胎動不安에, 妊娠胎動으로 臟腑擁熱과 嘔吐와 心煩燥悶에, 妊娠小便淋澁과 胎不安에, 妊娠胎動不安과

57) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.210.

58) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.228.

59) 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.277.

心腹刺痛에, 安胎及風寒濕痺로 인한 腰脚痛에, 産後 諸疾門에는 産後虛損으로 인한 乳汁不下에, 産後中 風으로 인한 血氣壅驚邪憂恚에, 産後 蓐勞에, 産後虛 勞로 인한 骨節疼痛과 頭痛과 汗不出에, 小兒諸病門 에는 小兒의 小便不通肚痛에 과가 이용되었다.

부추를 사용한 병증을 보면 諸風門에는 中風失音에, 心腹痛門에는 心脾骨痛에, 諸渴門에는 渴症과 小便 數에, 諸痢門에는 卒下痢에, 水穀痢에, 犬獶犬咬門에는 犬咬人에 부추가 이용되었다.

아욱을 사용한 병증을 보면 諸熱門에는 熱病熱毒 發瘡로 頭面及身에 須臾周匝하고 狀如火瘡 皆帶瘰 漿 或沒或生에, 諸淋門에는 小便澁少와 莖中痛에, 小便不通門에는 老人淋으로 인한 小便秘澁과 煩熱燥痛에, 妊娠諸病門에는 妊娠小便淋澁과 胎不安에 아욱이 이 용되었다.

염교를 사용한 병증을 보면 諸痢門에는 産後諸痢와 久痢不差와 腹中常惡에, 犬獶犬咬門에는 虎咬에, 産 後諸疾門에는 赤白痢로 인한 久痢不差와 腹中常惡에 염교가 이용되었다.

또한 五菜를 두 가지를 동시에 사용한 경우도 있었다. 과와 아욱을 사용하여 諸淋門에 小便澁少, 莖中痛을 치료하였고, 小便不通門에 老人淋으로 인한 小便秘 澁과 煩熱燥痛을 치료하였다. 妊娠諸病門에 妊娠小 便淋澁과 胎不安을 치료하였다.

위 내용을 표로 정리하면 다음과 같다.

표 1. 五菜를 사용한 門과 病症

五菜	門	主症
葱	諸風	中風 面目浮腫 老人中風 口目瞶動 煩悶不安
	傷寒	傷寒寒熱 骨節碎痛
	脾胃	脾胃氣弱 不多食 痿瘦 脾胃氣虛 腸滑
	腰痛	浮腫脹滿 心悶 脚氣 腎虛腰脚無力
	眼目	肝臟虛弱 遠視無力
	耳聾	五藏氣壅 耳聾
	諸虛	腎勞損 精氣竭絕 五勞七傷 陰痿氣弱 臟腑虛損 羸瘦 陽氣乏弱
	諸熱	卒煩熱
	水腫	十種水病
	骨蒸勞	勞熱喘吸 四肢煩痛 虛勞骨蒸 背膊疼 瘦弱無力

五菜	門	主症
非		虛勞骨熱 背膊煩疼痛 腎勞損 精氣竭絕
	諸痢	脾胃氣虛 下痢 日夜不止 腸滑 赤白痢 腸胃冷 下痢赤白
	諸淋	男女熱淋血淋 五淋 小便赤少 莖中痛 小便澁少 莖中痛 熱淋 小便出血 莖中痛 小便澁少 疼痛 小便澁痛
	小便不通	老人淋 小便秘澁 煩熱燥痛
	諸痔	痔下血不止無力 五痔下血 下血不止痔
	妊娠諸病	妊娠胎不長 兼數傷胎 胎動腰痛搶心 或下血 並胎動不安 妊娠胎動 臟腑擁熱 嘔吐 心煩燥悶 妊娠小便淋澁 胎不安 妊娠胎動不安 心腹刺痛 如有所傷 安胎及風寒濕痺 腰脚痛
	産後諸疾	産後虛損 乳汁不下 産後中風 血氣壅驚邪憂恚 産後 蓐勞 療産後虛勞 骨節疼痛 頭痛 汗不出
	小兒諸病	小兒 小便不通 肚痛
	諸風	中風失音
	心腹痛	心脾骨痛
	諸渴	渴 小便數
	諸痢	卒下痢 水穀痢
	犬獶犬咬	犬咬人
	葵	諸熱
諸淋		小便澁少 莖中痛
小便不通		老人淋 小便秘澁 煩熱燥痛
妊娠諸病		妊娠小便淋澁 胎不安
薤	諸痢	産後諸痢 又久痢不差 腹中常惡
	犬獶犬咬	虎咬
葱과 葵	産後諸疾	赤白痢 又久痢不差 腹中常惡
	諸淋	小便澁少, 莖中痛
	小便不通	小便秘澁, 煩熱燥痛
	妊娠諸病	妊娠小便淋澁, 胎不安

과는 中風, 浮腫, 眼科疾患, 四肢疼痛, 설사와 같은 소화기 疾患, 熱症, 咳嗽, 小便症狀, 肛門症狀, 妊娠 관련 疾患, 産後疾患 등에 이용되는 것을 알 수 있다.

부추는 中風, 疼痛, 渴症, 小便症狀, 소화기 疾患 등에 이용되며, 개에 물렸을 때의 外傷에도 이용되는 것을 알 수 있다.

아욱은 熱症, 皮膚疾患, 小便症狀과 妊娠관련 疾患 등에 이용되는 것을 알 수 있다.

염교는 産後疾患, 소화기 症狀 및 호랑이에 물렸을 때의 外傷에도 이용되는 것을 알 수 있다.

## 2. 五菜部位에 따른 병증분류

五菜部位에 따라 病症을 구별할 수 있다.

### 1) 파

파를 사용한 병증 치료에는 파와 총백만을 주로 사용하였으며 파의 씨를 사용한 처방도 있다. 같은 病症門에서도 그 사용부위를 다르게 하여 치료한 경우도 있었다.

#### ① 파 전체

파의 부위에 제한을 두지 않고 전체를 사용한 경우를 살펴보면 파를 사용한 병증을 보면 中風으로 인한 面目浮腫에, 老人中風으로 인한 口目瞶動과 煩悶不安에, 傷寒門에는 傷寒寒熱로 인한 骨節碎痛에, 脾胃氣虛로 인한 腸滑에, 五藏氣壅으로 인한 耳聾에, 諸熱門에는 卒煩熱에, 虛勞骨蒸으로 인한 背膊疼과 瘦弱無力에, 脾胃氣虛로 인한 下痢 日夜不止와 腸滑에, 男女熱淋血淋에, 五淋으로 인한 小便赤少와 莖中痛에, 妊娠胎不長과 兼數傷胎에, 安胎及風寒濕痺로 인한 腰脚痛에, 産後中風으로 인한 血氣壅驚邪憂患에, 療産後虛勞로 인한 骨節疼痛과 頭痛과 汗不出에 파 전체를 사용하였다.

이를 표로 나타내면 다음과 같다.

표 2. 파 전체를 사용한 처방의 門과 病症

門	主治症
諸風	中風 面目浮腫 老人中風 口目瞶動 煩悶不安
傷寒	傷寒寒熱 骨節碎痛
耳聾	脾胃氣虛 腸滑 五藏氣壅 耳聾
諸熱	卒煩熱 虛勞骨蒸 背膊疼 瘦弱無力
諸痢	脾胃氣虛 下痢 日夜不止 腸滑
諸淋	男女熱淋血淋 五淋 小便赤少 莖中痛
妊娠諸病	妊娠胎不長 兼數傷胎 安胎及風寒濕痺 腰脚痛 産後中風 血氣壅驚邪憂患 療産後虛勞 骨節疼痛 頭痛 汗不出

### ② 총백

총백을 사용한 경우를 살펴보면 脾胃門에는 脾胃氣弱으로 인한 不多食과, 腰痛門에는 浮腫脹滿으로 인한 心悶에, 脚氣로 인한 腎虛腰脚無力에, 眼目門에는 肝臟虛弱으로 인한 遠視無力에, 諸虛門에는 腎勞損으로 인한 精氣竭絶에, 五勞七傷으로 인한 陰痿氣弱에, 臟腑虛損으로 인한 羸瘦와 陽氣乏弱에, 諸熱門에는 卒煩熱에, 水腫門에는 十種水病에, 骨蒸勞門에는 勞熱喘吸과 四肢煩에, 虛勞骨蒸으로 인한 背膊疼과 瘦弱無力에, 虛勞骨熱으로 인한 背膊煩疼痛에, 腎勞損으로 인한 精氣竭絶에, 赤白痢에, 腸胃冷으로 인한 下痢赤白에, 小便澁少와 莖中痛에, 熱淋으로 인한 小便出血과 莖中痛에, 小便澁少와 疼痛에, 小便不通門에는 老人淋으로 인한 小便秘澁과 煩熱燥痛에, 諸痔門에는 痔下血不止無力에, 五痔下血에, 下血不止痔에, 妊娠諸病門에는 胎動腰痛搶心하거나 或下血과 並胎動不安에, 妊娠胎動으로 臟腑擁熱과 嘔吐와 心煩燥悶에, 妊娠小便淋澁과 胎不安에, 妊娠胎動不安과 心腹刺痛에, 産後諸疾門에는 産後虛損으로 인한 乳汁不下에, 産後 蓐勞에, 小兒諸病門에는 小兒의 小便不通 肚痛에 총백을 사용하였다.

이를 표로 나타내면 다음과 같다.

표 3. 총백을 사용한 처방의 門과 病症

門	主治症	備考
脾胃	脾胃氣弱 不多食 痿瘦	
腰痛	浮腫脹滿 心悶 脚氣 腎虛腰脚無力	
眼目	肝臟虛弱 遠視無力	去鬚
諸虛	腎勞損 精氣竭絶 五勞七傷 陰痿氣弱 臟腑虛損 羸瘦 陽氣乏弱	
水腫	十種水病	
骨蒸勞	勞熱喘吸 四肢煩痛 虛勞骨熱 背膊煩疼痛 腎勞損 精氣竭絶	兼鬚米
諸痢	赤白痢 腸胃冷 下痢赤白	
諸淋	小便澁少 莖中痛 熱淋 小便出血 莖中痛 小便澁少 疼痛 小便澁痛	
小便不通	老人淋 小便秘澁 煩熱燥痛	
諸痔	痔下血不止無力 五痔下血 下血不止痔	

門	主治症	備考
妊娠諸病	胎動腰痛搶心 或下血 並胎動不安	
	妊娠胎動 臟府擁熱 嘔吐 心煩燥悶	
	妊娠小便淋瀝 胎不安	
	妊娠胎動不安 心腹刺痛 如有所傷	
產後諸疾	產後虛損 乳汁不下	
	產後 尊勞	
小兒諸病	小兒 小便不通 肚痛	

### ③ 파의 씨

파의 씨를 사용한 경우를 살펴보면 肝腸虛弱으로 인한 遠視無力에 파의 씨를 사용하였다.

## 2) 부추

### ① 부추 전체

부추 전체를 사용한 경우를 살펴보면 中風失音에, 心脾骨痛에, 卒下痢에, 水穀痢에, 犬咬人에 부추 전체를 사용하였다.

이를 표로 나타내면 다음과 같다.

표 4. 부추 전체를 사용한 처방의 門과 病症

門	主治症
諸風	中風失音
心腹痛	心脾骨痛
諸痢	水穀痢
犬綱犬咬	犬咬人

### ② 부추잎

부추잎을 사용한 경우를 살펴보면 卒下痢에 부추잎을 사용하였다.

### ③ 부추썩

부추썩을 사용한 경우를 살펴보면 渴症으로 인한 小便數에 부추썩을 사용하였다.

## 3) 아욱

아욱을 사용한 경우를 살펴보면 熱病熱毒發瘡으로 頭面及身에 須臾周匝하고 狀如火瘡 皆帶瘰癧 或沒或生에, 小便澁少와 莖中痛에, 老人淋으로 인한 小便澁澁과 煩熱燥痛에, 妊娠小便淋瀝과 胎不安에 아욱을 사용하였다.

이를 표로 나타내면 다음과 같다.

표 5. 아욱을 사용한 처방의 門과 病症

門	主治症
諸熱	熱病熱毒發瘡 頭面及身 須臾周匝 狀如火瘡 皆帶瘰癧 或沒或生
諸淋	小便澁少 莖中痛
小便不通	老人淋 小便澁澁 煩熱燥痛
妊娠諸病	妊娠小便淋瀝 胎不安

## 4) 엽교

### ① 엽교 전체

엽교 전체를 사용한 경우를 살펴보면 產後諸痢와 久痢不差과 腹中常惡에, 赤白痢로 인한 久痢不差와 腹中常惡에 엽교 전체를 사용하였다.

이를 표로 나타내면 다음과 같다.

표 6. 엽교 전체를 사용한 처방의 門과 病症

門	主治症
諸痢	產後諸痢 又久痢不差 腹中常惡
產後諸疾	赤白痢 又久痢不差 腹中常惡

### ② 해백

해백을 사용한 경우를 살펴보면 虎咬에 해백을 사용하였다.

## 3. 五菜를 사용하는 방법에 따른 분류

파를 사용하는 방법은 크게 세 가지 형태로 나누어 볼 수 있는데 細切 또는 切하는 방법과 가공하지 않고 五味와 함께 바로 사용하는 방법 그리고 파를 煨하여 細剉하는 방법이다.

부추의 경우는 研하는 방법과 炒하여 사용하는 방법, 汁을 내는 방법과 그냥 전체를 사용하는 방법이 있었다.

아욱의 경우는 그냥 전체를 사용하는 방법과 찢어 끊어 쓰는 방법 그리고 汁을 내어 사용하는 방법과 切하여 사용하는 방법이 있었다.

해백의 경우는 切하는 방법, 汁을 내어 사용하는 방법, 끊어 쓰는 방법이 있었다.

## 4. 五菜를 服用하는 방법에 따른 분류

五菜를 복용하는 방법에 따라 分類해보면 煎湯이나 羹이나 粥, 餛飩, 餅, 餠飩, 볶음, 데침 등의 8가지

형태가 있다. 이 형태들은 한 처방에서 여러 가지 복용 방법으로 함께 쓰이기도 하였다.

## V. 結 論

『食療纂要』에 五菜를 사용한 處方 考察을 통하여 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 五菜를 사용한 處方은 19개 門에서 총67개이다. 그러나 이들 중 콩잎을 사용한 처방은 없었다. 이들 처방에서 가장 많이 사용된 五菜는 파로 모두 44개의 처방에 사용되었다. 그 다음으로는 부추를 사용한 처방이 6개, 아욱을 사용한 처방이 4개, 엽교를 사용한 처방이 3개이다.
2. 五菜 중 파는 中風, 浮腫, 眼科疾患, 四肢疼痛, 설사와 같은 소화기 疾患, 熱症, 咳嗽, 小便症狀, 肛門症狀, 妊娠관련 疾患, 産後疾患 등에 이용되었다. 부추는 中風, 疼痛, 渴症, 小便증상, 소화기 疾患 등에 이용되며, 개에 물렸을 때의 外傷에도 이용되었다. 아욱은 熱症, 皮膚疾患, 小便症狀과 妊娠관련 疾患 등에 이용되었다. 엽교는 産後疾患, 소화기 症狀 및 호랑이에 물렸을 때의 外傷에도 이용되었다.
3. 五菜는 각각 전체를 사용하기도 하지만 부위별로 나누어 쓰이기도 하였다. 파의 경우는 파 전체보다는 총백을 더 많이 사용하였으며 파의 씨를 이용한 경우도 있었다. 부추의 경우 부추잎과 부추뿌리를 각각 사용한 두 가지 처방을 제외하고는 모두 부추 전체를 사용하였다. 아욱은 부위별 구분없이 전체를 사용하였으며, 엽교는 엽교와 해백으로 구분하여 사용하였다.
4. 五菜를 사용하는 방법에도 차이가 있었다. 파의 경우 파나 총백을 切하거나 細切하여 사용한 경우에는 처방에 주요한 약재로 사용한 경우가 많았으며 자세한 사용방법이 언급되지 않은 경우에는 오미나 鹽이나 醬이나 椒와 함께 사용하는 경우가 많았다. 이외에도 부추는 생으로 즙을 만들어 먹거나 삶아서 혹은 볶아서 사용하기도 하였다.

아욱 또한 부추와 비슷하였는데 생으로 먹거나 삶아서 사용하는 등의 방법이 있고, 엽교 역시 사용방법은 비슷하였다. 파 이외의 아욱, 부추, 엽교는 사용방법이 비슷하였다.

5. 五菜를 服用하는 방법으로 煎湯이나 羹이나 粥, 餛飩, 餅, 饅飩, 볶음, 데침 등의 8가지 형태로 복용하였으며 주로 羹이나 粥의 복용형태가 가장 많았으며, 같은 처방이더라도 복용형태를 다르게 하여 처방하는 경우도 있었다.

## VI. 參考文獻

1. 全循義 著, 金鐘德 譯. 食療纂要. 수원. 농촌진흥청. 2004. p.40, 51, 90, 94, 101, 155, 168, 186, 187, 200, 209, 210, 211, 213, 228, 261, 277, 278, 279, 287, 308. pp.33-35, 37-38, 45-46, 47-48, 67-68, 79-80, 86-87, 113-114, 118-119, 119-120, 128-129, 131-133, 187-188, 193-194, 198-199, 199-200, 208-209, 220-221, 239-240, 240-241, 241-242, 259-260, 268-269, 285-286, 291-292, 294-295.
2. 신승운. 朝鮮初期의 醫學書 『食療纂要』에 對한 研究. 서지학회. 40. 2008.
3. 김종덕. 『食療纂要』에 대한 四象醫學의 考察-太陽人 식품을 중심으로-. 사상체질의학회지. 17(1). 2005.
4. 신재혁 외 2인. 『食療纂要』에서 돼지고기를 이용한 食治에 대한 考察. 대한한의학원전학회지 24(3). 2011.