向後 疾病 樣態의 變化에 대한 硏究

상지대학교 한의과대학 원전·의사학교실
方正均*

對於向後疾病樣態的變化之硏究

尙志大學校 韓醫科大學 原典·醫史學敎室
方正均

地球溫暖化, 食習慣, 住居環境與藥物之誤濫用, 共致其濕熱積滯於體內, 所以有因陰精不足而相火熾盛的病機, 其內容是如下. 其一原因是地球溫暖化, 此不但惹起急性熱性傳染病, 而且惹起陰不足的虛熱性疾患. 其二原因是食習慣, 此積滯濕熱而誘發相火, 且誘發過度的陽化作用, 所以惹起陰不足的病機. 其三原因是住居環境, 此防其氣的疏通, 所以濕熱積滯於體內而誘發陰不足的病機. 其四原因是藥物的誤濫用, 此致其熱的潛伏, 所以誘發陰不足. 如此誘發相火的現代環境, 惹起虛熱性疾患. 所以增加胎熱與成人病, 也就增加因過度的陽化作用而不姙疾患, 而且在情緖的面, 增加攻擊的與暴力的情緖.

關鍵詞 : 陽化作用, 陰不足, 相火, 虛熱性疾患

Ⅰ. 緖 論

얼마 전 통계청에서 발표한 2004년 사망원인과 관련된 자료를 보면, 암·뇌혈관질환·심장질환·자살·당뇨병 등이 한국인의 주요한 사망 원인으로 나타나 있다. 특히, 2004년의 사망원인을 10년 전과 비교할 때 암과 당뇨, 자살로 인한 사망이 늘어난 것이 특징으로 지적되고 있다. 이러한 현상에 대해 전문가들은 환경오염의 증가, 인스턴트 음식의 비중이 커지는 등의 식사 습관의 변화, 운동부족, 인구구조의 고령화를 그 원인으로 지적하고 있다. 이러한 원인들은 대체로 산업화와 관련이 있다고 할 수 있는데, 현재 한국은 경제규모가 세계 10위권에 진입하였을 정도로 빠른 산업화를 이룩하였고, 그 결과 과거와는 비교할 수 없을 정도로 풍요로운 삶을 누리고 있다.

산업화를 통한 경제의 성장은 전반적인 사회의 발전을 촉진하였고, 그 결과 의학 분야도 발전하게 되어 과거의 주요 사망원인 이었던 전염병에 의한 사망과 嬰兒期 사망률의 수치가 현격하게 낮아졌다. 여기에 50여 년 이상 전쟁이 없었던 사회적 상황이 결부되어 현대인의 평균 수명은 늘어나게 되었다. 이 같은 평균 수명의 연장과 출산율의 저하[1]라는 사회 현상에 의해 한국사회는 이미 "고령화 사회"로 진입을 하였고, 2020년 무렵에는 "고령사회"로 진입할 것으로 예측되고 있다[2]. 이상과 같이 한국 사회는 경제적

* 交信著者: 方正均, 尙志大學校 韓醫科大學 原典醫史學敎室, 033) 730-0666, bjkdcw@mail.sangji.ac.kr.

1) 최근의 출생률 통계를 보면 2004년에는 476,052명이 출생하여, 1970년의 1,006,645명이 출생하였던 것에 비해 절반 이상 줄어든 것으로 보고되고 있다.

2) UN 기준에 따르면 65세 이상의 노령 인구가 전체 인구의 7%를 넘는 경우를 "고령화사회", 14%를 넘는 경우를 "고령사회", 20%를 넘는 경우를 "초고령사회"로 규

교보문고 KYOBO Book Centre

규모, 사회적 구조 등에 있어서 선진국으로 진입해 가고 있는 상황이라고 할 수 있다.

그러나 경제적 풍요와 수명의 연장 등이 곧 바로 삶의 질 향상으로 이어지는 것은 아닌 것 같다. 전 세계적으로 장수 국가로 알려져 있는 일본에서 최근 몇 년 사이 인터넷 검색 순위에서 상위를 차지하는 단어가 "네타키리"라고 하는데, 이 말의 뜻은 "누운채"라는 뜻으로 뇌졸중·중풍 등으로 거동이 불편해 누워 지내는 노인을 지칭하는 말이다. 즉, 일본사회는 아시아 국가 가운데 가장 먼저 산업화에 성공하였고, 또한 경제 규모 면에서도 전 세계에서 상위권에 들 정도로 발전한 국가이며, 평균수명의 수치도 최상위를 차지하는 나라이지만, 오히려 많은 사람들이 중년 이후 여러 가지 질병에 시달리고 있는 검은 그림자가 드리워져 있는 것이다. 이러한 상황은 우리나라에서도 동일하게 나타나고 있으니, 산업화로 인한 환경의 파괴, 생활 습관의 변화 등은 과거와는 다른 형태의 여러 가지 질병을 유발하게 되었고, 또한 평균 수명은 늘어났지만 중년 이후 만성병에 시달리는 사회문제를 야기 시키고 있는 것이다[3]. 이와 같이 현대인의 삶의 조건으로 인해 발생할 수 있는 질병 양태의 변화에 대한 연구의 필요성이 대두되고 있음에도 불구하고, 이에 대한 본격적인 논의가 부족한 실정이다. 이에 논자는 지구의 온난화, 식생활의 문제점, 주거환경의 문제점, 약물의 오·남용과 관련된 문제점을 제기해 보고, 이들 문제점들로 인해 나타날 수 있는 질병 양태의 변화를 살펴보고자 한다.

정하고 있다. 우리나라는 65세 이상의 노령 인구가 2000년에 7.2%를 차지하여 고령화사회로 진입하였고, 2019년에는 14.4%를 차지하여 고령사회로 진입할 것으로 예측되고 있다. 프랑스의 경우 고령화사회에서 고령사회로 진입하는데 115년이 소요되었고, 영국은 47년, 독일은 40년, 일본은 24년이 소요되었던 것에 비해 우리나라는 19년 만에 고령사회로 진입 할 정도로 인구 고령화가 빠르게 진행되고 있다.

3) 이에 대해 박찬국은 방부제 등에 오염된 식품과 환경 오염에 노출된 조건에서 성장한 戰後세대들은 精이 약하게 되어 여러 가지 질병에 잘 걸릴 것이고, 심지어는 수명도 줄어들 소지가 있다고 주장하고 있다.
朴贊國, 『黃帝內經에 의한 現代醫學의 檢證』, 大韓韓醫學原典學會誌, 2004, 17(4), 1~2쪽

Ⅱ. 本 論

현대인의 질병 발생에 영향을 미칠 수 있는 요소로서 기후변화, 식생활과 주거 환경의 문제점 및 약물의 오·남용을 지적하고, 이러한 원인에 의해 야기될 수 있는 질병 양태의 변화에 대해서 한의학적으로 규명해 보고자 한다.

1. 온난화 현상

1997년 12월 일본의 교토에서 지구 온난화의 규제 및 방지를 위해 선진국의 온실가스 감축 목표치를 규정한 교토의정서가 제정된 이후, 2005년 이를 발효하기 위한 협약이 체결되었다[4]. 이제 선진국은 지구 온난화의 주된 원인인 온실가스의 배출량을 조절할 의무를 지게 되었고, 의정서가 제정될 당시 개발도상국의 지위를 인정받은 우리나라는 몇 년간의 유예기간을 인정받았지만, 점진적으로 온실가스 배출량을 조절할 의무를 지게 되었다. 이와 같이 지구촌은 지구 온난화 등 환경오염에 대한 심각성을 인지하고, 그에 따른 대책을 강구하려는 노력을 하고 있다. 근자에 들어 많은 학자들이 지구 온난화에 의한 자연 환경의 변화에 대한 결과물을 발표하면서, 그 폐해를 경고하고 있다[5]. 그러나 이와 관련된 연구의 대부분이

4) 아이러니 하게도 세계에서 가장 많은 배기가스를 배출하는 미국이 이 협정에 빠져 있다. 미국은 배기가스의 배출뿐만 아니라, 전 세계에 패스트푸드를 퍼뜨리면서, 이에 소요되는 소고기를 브라질로부터 수입하고 있다. 이 때문에 브라질은 아마존 밀림을 벌목하여 소를 기르기 위한 목초지로 만들고 있는데, 이로 인한 전 세계의 사막화 현상은 심각한 수준에까지 이르고 있다. 세계의 많은 학자들은 이와 같은 미국에 의한 지구온난화를 비판하고 있지만, 미국은 이에 대한 어떠한 대책도 내놓고 있지 않은 실정이다.

5) 얼마 전 미국 남부지역을 강타한 초대형 허리케인인 카트리나의 경우 많은 학자들이 지구 온난화에 의해 허리케인의 강도가 강해질 것으로 경고하였다. 그러나 미국의 부시정부는 허리케인에 대비하기 위한 예산을 이라크 전쟁에 쏟아 부으면서 방재정책에 소홀하였다는 비판에서 벗어나지 못하고 있다. 뿐만 아니라 지구 온난화의 영향으로 해수면 온도가 상승하여 우리나라에 영향

교보문고 KYOBO Book Centre

이상 기후변화와 그에 따른 생태계의 변화에 치중된 측면이 있다[6]. 이에 논자는 지구 온난화가 인체에 미치는 영향과 그에 따라 발생할 수 있는 질병 양태의 변화에 대해 논해 보고자 한다.

근래 들어 우리나라는 온난화의 영향으로 4계절 중 봄·가을의 기간이 짧아지고 상대적으로 여름이 길어지고 있으며, 겨울의 평균 기온이 높아지는 특성을 보이고 있다[7]. 그 결과 년 중 평균 온도가 상승되는 추세를 보이고 있다[8]. 이러한 기후 변화는 생태계에 영향을 미치게 되고, 또한 기후 변화에 따른 인간의 삶의 방식도 변화시키고 있다. 그러나 더욱 심각한 것은 이와 같은 기후변화가 인체에도 직접적인 영향을 미치게 된다는 것이고, 결과적으로 질병 양태의 변화를 초래할 수 있다는 것이다.

기후 변화에 따른 질병 양태의 변화를 의사학적인 관점에서 살펴보면 몇 가지 공통점을 발견할 수 있다. 본 논지를 중국 본토에서 일어났던 기후 변화를 중심으로 살펴보면 다음과 같은 특징을 발견할 수 있다. 중국에서는 기원 초~서기 600년 무렵에 제2차 한랭기가 있었고, 서기 1,000년~1,200년 무렵에 제3차 한랭기, 서기 1,300년~1,800년 무렵에 제4차 한랭기가 있었다. 이에 비해 서기 1,200년~1,300년 무렵에는 제4차 온난기가 있었으며, 19세기 말부터는 제5차 온난기에 접어들었다[9]. 이와 같이 기후가 한랭기와 온난기를 교체하는 과정에 한의학의 이론 체계가 각각 공통된 변화 양태를 보이고 있다. 즉, 한랭기에 접어들었던 제2차, 3차, 4차 한랭기에는 공통적으로 溫補를 중심으로 한 치료법이 주류를 이루는 의사학적 특성을 보이고 있다. 제2차 한랭기에는 연평균 기온이 지금보다 2~4℃ 낮았던 것으로 추정되는데[10], 이 시기에 저술된 대표적 서적인 『傷寒雜病論』은 바로 風寒邪, 즉 외부의 찬 기운에 의해 발생한 질병을 치료하는 것을 목적으로 저술된 것이다. 그 결과 발병 초기의 太陽病을 치료하는 약물의 대부분이 辛溫한 약성을 띄고 있다. 즉, 찬 외부 기후가 인체를 침습한 것에 대항하기 위해 發散하는 藥性에 따뜻한 藥性을 겸비한 약을 주로 사용하였다. 한편, 제3차 한랭기에 접어들었던 北宋 시기에는 『太平惠民和劑局方』이라는 국가 표준 처방집이 간행되었는데, 이 책의 주된 처방은 溫補藥을 위주로 하고 있다[11]. 물론 『和劑局方』의 처방 구성이 溫補法 위주로 구성된 이유는 기후적 요인만 있었던 것은 아니니, 도시화의 진행으로 인한 도시 빈민층의 증가, 宋代의 재정 악화 등이 영향을 미쳤던 것으로 추론할 수 있다[12]. 『和劑局方』이 간행된 北宋 시기에는 도시화의 진행으로 인한 도시 빈민층의 증가가 주요한 사회 문제 가운데 하나였던 시대로, 정부차원에서 가난한 사람들을 돌보기 위하여 구호 사업과 특별 구호 창고를 마련하게 되었다[13]. 宋代의 이러한 상황은 太平惠民和濟局을 전국에 설치하는 동기로 작용할 수도 있었을 것으로 추측된다.

을 미치는 태풍의 경우도 그 강도가 세어질 뿐만 아니라 양도 많아질 것으로 예측되고 있다.

6) 주로 해수면의 온도 상승에 의해 발생하는 엘니뇨와 라니냐에 대한 연구가 주를 이루고 있으며, 이외에도 지구 온난화에 의한 여러 가지 문제점을 제기하고 있는데, 이와 관련된 서적으로는 다음과 같은 것이 있다.
마이클 그랜츠 지음, 오재호·권원태 옮김, 『엘니뇨와 라니냐』, 도서출판 아르케, 2002
오재호 지음, 『기후학 I —기후와 대기순환』, 도서출판 아르케, 1999

7) 기상청 자료에 따르면 겨울인 12월~2월까지의 서울의 평균 기온이 60년대에는 -2.35℃ 이었던 것이 2000년대에는 -0.09℃로 상승을 하였다. 또한 90년대 이후 1월을 제외한 12월과 2월의 평균 기온이 영상으로 올라가고 있는 것으로 보고되고 있다.

8) 기상청 자료에 따르면 서울의 평균 기온은 60년대에는 11.6℃, 70년대 11.8℃, 80년대 12.6℃, 90년대 12.7℃, 2000년대 12.9℃로, 60년대에 비해 2000년대의 평균 기온이 1.3℃ 이상 상승한 것으로 나타나 있다.

9) 류제헌, 『중국역사지리』, 문학과지성사, 1999, 45~53쪽

10) 류제헌, 『중국역사지리』, 문학과지성사, 1999, 50쪽

11) 『和劑局方』의 약물 구성의 특징으로는 養命藥·養性藥·治病藥을 上藥·中藥·下藥으로 구분하였고, 또한 君臣佐使의 운용법에 있어서도 養命藥을 君으로 하고, 養性藥을 臣으로 하며, 療病藥을 使로 운용하고 있다.
劉景源 點校, 『太平惠民和劑局方』, 人民衛生出版社, 1985, 408, 417쪽

12) 方正均, 『丹溪 養生論 硏究』, 大韓韓醫學原典學會誌 제14권2호, 2001, 78~82쪽

13) 존 K.페어뱅크·에드윈 O.라이샤워·앨버트 M.크레이그, 김한규 外 옮김, 『동양문화사 상』, 을유문화사, 1995, 176~180쪽

교보문고 KYOBO Book Centre

실제로 太平惠民和濟局에서는 가난한 사람이나, 水災·旱災·疾疫이 돌 때는 비용을 받지 않는다는 규정을 두고 있었다[14]. 이러한 사회적 상황과 더불어 宋代의 재정 상태의 악화도 영향을 미쳤으리라 보는데, 宋 왕조는 북방 이민족에 대항하기 위하여 직업군인을 창설하고 이 직업군대를 운영하기 위하여 국가 재정의 80%를 쏟아 붓게 된다[15]. 이와 같은 사회적·경제적 요인으로 宋代 민중들의 삶은 궁핍함을 면할 수 없었고, 여기에 차가운 기후환경 까지 결부됨으로써 溫補를 위주로 한 치료원칙이 수립된 것이다. 이러한 공통점은 제4차 한랭기에도 나타나는데, 제4차 한랭기가 영향을 미치던 시기에 중국에서는 "溫補學派"가 형성이 되었던 것이다. 溫補學派는 明代에 형성되어 중국 남방에서 성행한 溫陽과 補虛의 치법을 중심으로 하는 의학유파이다. 이 학파의 형성원인으로는 주로 河間學派·攻邪學派·丹溪學派 등이 주장한 寒凉攻下와 滋陰降火의 치법이 明代에 들어와 이론의 심도 깊은 논의 없이 남용되는 것에 대한 반발로 형성이 되었다고 여겨지고 있다[16]. 즉, 寒凉한 약이 남용됨으로 인해 腎陽(命門火)이 억제되는 폐해를 바로 잡기 위하여 형성이 된 것으로 평가받고 있다. 그러나 이와 같은 학문적 논쟁 이외에도 한랭한 기후 조건이 일정한 영향을 미쳤으리라는 추정을 할 수 있다.

이에 비해, 온난기가 영향을 미쳤던 시기에는 다른 양태의 의학 관점이 출현한다. 즉, 제4차 온난기가 영향을 미쳤던 시기인 元代 초기에는 朱震亨이라는 의학자가 출현하여 相火로 인한 질병을 강조하면서 滋陰降火의 치법, 즉 相火를 내려주고 체내의 부족한 陰液을 보존하고 채워주는 의학 이론을 제기하였다[17]. 물론 丹溪가 滋陰降火 치법을 제시하게 된 이유에 대해서는 당시의 여러 가지 상황을 살펴보아야 한다. 즉, 丹溪는 濕熱이 영향을 미치는 중국의 남방 지역에 주로 거주하였으며, 또한 당시의 남방 지역이 경제적으로 풍족한 상태였으며, 사회적으로는 사치·과식·미색을 즐기는 풍조가 유행함으로 인해 陰不足으로 인한 相火의 치성이 질병 발생의 주된 원인으로 작용하였던 것이다[18]. 그러나 丹溪가 생존하였던 시기에 司竹監이 다시 설치되었고, 13세기 초에는 杭州가 중국 역사상 최초로 몇 년 동안 겨울에 얼음이 얼지 않고 눈도 오지 않을 정도로 기온이 상승하였다는[19] 기후적 조건도 相火의 형성에 영향을 미쳤을 것으로 추정할 수 있다. 한편, 19세기 무렵부터는 중국 대륙에 제5차 온난기가 영향을 미치게 되는데, 이 시기에 중국에서는 "溫病學派"가 출현하게 된다. 溫病學派는 淸熱과 陰液을 기르는 것을 주된 치료법으로 제시하고 있으니[20], 제4차 온난기 시절의 의학과 유사한 관점을 견지하고 있다.

이와 같이 의사학적으로 살펴볼 때, 지구의 기후변화는 인체의 질병 발생과 직·간접적인 인과관계를 가지게 된다. 그러므로 현재 일어나고 있는 지구의 온난화 현상도 기후변화·생태계 변화뿐만 아니라, 인류의 질병 양태의 변화에 일정부분 영향을 미칠 수 있을 것으로 추론할 수 있는 것이다. 몇년전 重症急性呼吸氣症候群(Severe Acute Respiratory Syndrome)의 확산으로 전 세계가 공포에 빠졌던 일이 있었다. 이 급성 열성 전염병이 확산되면서 전염병의 공포에서 인류를 해방시켜 주었다는 서양의학의 업적은 심각한 훼손을 입게 되었고, 그 원인과 치료법이 불분명한 일명 SARS라는 질환의 치료와 확산 방지를 위하여 모든 의학계가 고민을 하게 되었던 것이다. 이 질환은 아직 까지도 그 원인이 명확하게 규명

14) 홍원식·윤창렬 편저, 『중국의학사』, 一中社, 2001, 236쪽
15) 존 K.페어뱅크·에드윈 O.라이샤워·앨버트 M.크레이그, 김한규 外 옮김, 『동양문화사 상』, 을유문화사, 1995, 164쪽
김안국 외, 『동아시아사 연표』, 청년사, 1992, 72쪽
16) 陳大舜 外 2人 엮음, 맹웅재 外 9人 옮김, 『各家學說』, 대성의학사, 2001, 281~282쪽
17) 陳大舜 外 2人 엮음, 맹웅재 外 9人 옮김, 『各家學說』, 대성의학사, 2001, 244~245쪽
18) 方正均, 『丹溪 養生論 硏究』, 大韓韓醫學原典學會誌 제14권2호, 2001, 80~82쪽
19) 류제헌, 『중국역사지리』, 문학과지성사, 1999, 52쪽
20) 趙紹琴 外 2人 編著, 이용범 外 3人 역, 『國譯 溫病縱橫』, 集文堂, 2004, 27쪽

교보문고 KYOBO Book Centre

되지 못하고 있는데, 다만 최근의 기온 상승과 관련이 있을 것으로 추정되고 있다. 특히, 이 질환의 발원지가 중국 내에서도 고온 다습한 기후 조건을 가지고 있는 광동성이라는 점은 이상의 추정을 뒷받침 한다고 볼 수 있다. 그러나 지구 온난화에 의한 기온의 상승은 이와 같이 열성 전염병의 발생에만 영향을 미치는 것은 아니다. 즉, 高熱을 위주로 하는 열성질환 뿐만 아니라, 현대인의 생활습관 및 식습관 등 여러 요소들과 복합적으로 작용하면서 精을 모손시켜 陰不足으로 인한 虛熱性 질환을 유발할 가능성도 높은 것이다. 溫病學에서 溫熱之邪가 高熱을 유발할 뿐만 아니라 體內의 陰液을 모손시킴으로 인해 陰不足을 야기 시킬 수 있다는 이론은 온난화 현상으로 인해 虛熱性 질환이 발생할 수 있음을 반증하는 것이라고 볼 수 있다.

2. 식생활의 문제점

근자에 들어 참살이(Well-being)의 열풍이 일면서 건강을 유지시켜주는 주거환경과 음식물 등에 대한 다양한 연구가 진행되고 있다. 특히, 중국산 김치 파동과 양식 민물고기에서 말라카이트 그린이 검출되면서 안전한 식단에 대한 관심이 증폭되고 있다. 그러나 많은 사람들이 여전히 건강을 해치는 음식에 노출되어 있고, 잘못된 식습관과 상식 등에 의해 건강을 위협받고 있다. 본 단락에서는 식생활의 문제점 가운데 인스턴트의 음식, 육류의 섭취, 식습관, 우유의 문제점 등을 중심으로 살펴보도록 하겠다.

1) 인스턴트 음식의 문제점

2004년 11월 미국에서 개봉되었고, 우리나라의 영화제에도 소개된 "슈퍼 사이즈 미(Sup. er Size Me)"라는 영화는 미국 사회와 우리 사회에 적지 않은 반향을 일으켰다. 이 영화는 맥도널드라는 특정 패스트푸드점과 한판 전쟁을 벌였다는 평가를 받을 정도로 패스트푸드의 폐해를 가감 없이 표현하고 있다. 많은 사람들이 'junk food'[21]의 문제점을 인식하면서도, 간편성과 중독된 입맛에 의해 자주 섭취하곤 하였는데[22], 이 영화는 이러한 식습관에 경종을 울리고 있다.

패스트푸드를 포함하여 공장에서 다량으로 생산되는 음식을 인스턴트 음식이라고 하는데, 인스턴트 음식의 문제점은 여러 가지가 있을 수 있겠지만 심장병과 당뇨병 등 성인병과 암과 비만을 유발할 수 있다는 것이 가장 큰 문제점으로 지적되고 있다. 이들 음식에는 다량의 방부제와 트랜스지방산[23] 등이 함유되어 있는데, 이 성분이 많은 질환을 유발하는 것으로 밝혀지고 있다. 특히 트랜스지방산의 경우 그 폐해가 심각한 것으로 알려져 있는데, 우리 몸에서 영양분을 받아들이고 노폐물을 배출하는 기능을 하는 세포막의 주요 구성 성분인 필수지방산 사이에 트랜스지방산이 끼어들어 위와 같은 질환을 유발하는 것으로 알려져 있다[24]. 한편, 근자에 들어서는 인스턴트 음식이 육체적인 질환뿐만 아니라 정신적 질환에도 영향을 미친다는 보고가 발표되고 있다. 즉, 인스턴트 음식에 과도하게 노출된 청소년의 경우 정서불안과 난폭성이 나타날 수 있다는 것

21) 패스트푸드는 'junk food'로 불리기도 하는데, 그 뜻은 쓰레기 음식이라는 것이다. 즉, 음식이란 체내에 적절한 영양소를 공급함으로써 精을 생성하게 되는데, 패스트푸드는 편중된 영양소를 함유하고 있어 영양불균형을 초래하고, 더 나아가 재료의 선택에 있어 저질의 육류를 사용하는 등 많은 문제점을 가지고 있다.

22) 얼마 전 보고에 의하면 미국인 4명중에 1명이 패스트푸드 음식점을 찾고 있고, 패스트푸드점 가운데 가장 높은 시장 점유율을 차지하고 있는 맥도널드는 6개 대륙의 100여 개 나라에 3만여 개의 지점을 운영하고 있고, 매일 4,600만 명 이상이 그들의 제품을 먹고 있는 것으로 나타나 있다. 특히, 아시아권의 국가에서는 성인들에 비해 청소년들의 섭취량이 더 높은 비중을 차지하고 있는 것으로 나타나 있다. 이와 같이 전 세계적으로 많은 수의 인구가 패스트푸드에 노출되어 있고, 그 결과 많은 문제점이 제기되고 있다.

23) "trans"는 사물의 성질이나 위치가 바뀌거나 엇갈려 있는 상태를 표현하는 접두어로, 트랜스지방산은 정상적인 지방산이 고열 등 외부의 충격으로 분자구조가 비정상적으로 뒤틀린 것이다.

24) 영국의 의학학회지 『랜싯』은 트랜스지방산 섭취를 2% 늘리면 심장병 발생 위험이 28% 증가한다는 역학조사를 발표했다. 또한, 미국 하버드 의대 보건대학원 프랭크 후 박사는 14년 간 역학조사를 한 결과, 트랜스지방산 섭취를 2% 늘리면 당뇨병 발생률이 39% 증가한다고 밝히고 있다.

교보문고 KYOBO Book Centre

이다[25]. 서양의학에서는 인스턴트 음식이 정서불안과 폭력성을 유발하는 원인에 대해 뇌세포의 세포막에 트랜스지방산이 쌓이고, 알루미늄·납·카드뮴 등의 중금속이 쌓이며, 또한 설탕으로 인해 저혈당이 유발되어 결과적으로 공격적인 성격의 변화를 유발한다고 보고 있다[26]. 이상에서 살펴본 바와 같이 인스턴트 음식은 인체에 많은 부정적인 영향을 끼친다. 인스턴트 음식의 문제점은 여러 가지가 있을 수 있겠지만, 논자는 패스트푸드의 재료로 쓰이는 육류에서 검출되는 성장촉진 호르몬제와 항생제[27], 그리고 가공식품에 다량 함유된 방부제와 설탕을 문제점으로 제기하고, 이를 한의학적 관점에서 규명해보고자 한다.

25) 이 보고서는 1979년 미국에서 화제가 되었던 한 살인사건의 변론에 기초를 두고 있는 것으로, 정크푸드의 과다한 섭취가 우울증을 악화시키고 뇌에 이상을 일으켜 살인을 저질렀다는 "정크푸드 이론"에 근거하고 있다. 이 보고서에서는 주로 폭력, 절도 등과 관련된 비행 청소년 104명(남자 52명, 여자 52명)을 대상으로 설문조사를 하여, 비행의 위험도를 증가시키는 식품을 조사한 결과, 가공 식품과 인스턴트 음식이 비행의 위험도를 증가시킨다고 보고하고 있다.
박선주 外 3人, 『비행청소년과 일반청소년의 식생활 비교연구』, 대한지역사회영양학회지, 2003 8(4), 512~513쪽

26) 설탕에 대해서는 그 문제의 심각성을 많은 사람들이 경고하고 있는데, 설탕은 이당류이므로 정제 설탕 (수크로오스)을 먹게 되면 생화학적 소화 반응을 겪지 않고, 이당류 상태로 곧장 腸으로 도달하여 혈액 속으로 흡수되어 결과적으로 체내 균형이 깨지게 되는 것이다. 즉, 설탕 섭취로 인한 체내의 혈당을 낮추기 위해 췌장의 내분비샘에서 인슐린을 과다하게 분비하여 혈당을 내리게 된다. 그러나, 한번 설탕에 길들여지게 되면 인간은 이전 보다 더 강렬하게 설탕을 요구하게 되고, 체내에서는 혈당치가 높아 졌다 낮아지는 상황이 반복되게 되는 것이다. 이러한 과정에서 뇌는 멍한 느낌과 환각에 빠지게 되고, 불안정하고 신경이 날카로워지며 병적으로 과민해지게 되는 것이다. 일부 의사는 정신분열증 환자에게 설탕의 섭취를 제한하는 식이 프로그램을 제시했는데, 이는 설탕과 뇌손상의 상관관계를 지적한 것이다.
박정훈, 『잘먹고 잘사는 법』, 김영사, 2004, 93~109쪽
윌리엄 더프티 지음, 이지연·최광민 옮김, 『슈거블루스』, 북라인, 2004, 59~60쪽, 81~82쪽

27) 주지하는 바와 같이 패스트푸드는 저질의 육류를 사용하고 있다. 여기서 지적하는 저질의 육류란 방목된 상태가 아닌 사료를 먹고 자란 소에게서 채취한 고기를 말한다. 사료를 먹고 자란 소가 문제가 되는 것은, 그 사료 안에 다량의 성장촉진호르몬제와 항생제가 함유되어 있기 때문이다.

먼저, 성장촉진호르몬제의 문제점을 살펴보면 다음과 같다. 소의 사료에 포함된 성장촉진호르몬제는 소의 성장을 비정상적인 방법으로 촉진시키는 것이다. 자연계에 존재하는 모든 생물은 각기 나름대로의 生長化收藏의 싸이클을 가지고 있는데, 사료 안에 함유된 성장촉진호르몬제는 소의 정상적인 생리 싸이클을 깨트리게 된다. 이는 한의학적으로 陽化작용을 촉진하는 것이라고 볼 수 있다. 한의학의 陰陽論에서 陽은 발생과 성장을 주관하고 陰은 수렴과 저장을 주관하는데, 이 陰陽論을 기초로 하여 본다면 성장의 촉진은 陽化작용의 촉진이라고 볼 수 있는 것이다. 陰陽은 정상적인 상황에서는 相互互根 작용이 있게 되는데, 陽化작용이 지나치게 되면 陰陽의 균형상태를 깨트려 陰의 수렴작용이 부족하게 되고, 형체를 이룬다 해도 그 형체를 길러줄 陰, 즉 精이 부족해지는 상황이 생기는 것이다. 精이 부족해지면 체내는 陰虛로 인한 虛熱, 즉 相火가 치성해지게 된다. 陰陽論의 관점에서 본다면 과다한 성장촉진호르몬제의 섭취는 체내에서 과도한 陽化과정을 유발하게 되어, 결과적으로 精不足으로 인한 相火의 치성을 초래하게 된다고 볼 수 있다.

둘째, 항생제의 폐해이다. 서양의학에서 항생제는 다양한 용도로 사용하는데, 주목적은 염증을 치료하는 것이다. 그러나, 항생제의 과다 복용은 내성균을 만들어 내는 치명적인 문제점을 가지고 있어 그 사용이 철저히 규제되어야 한다. 그럼에도 불구하고 가축을 사육하는 과정에서 과다한 항생제를 사료에 첨가함으로써 많은 문제점이 발생하고 있는데, 그 가운데 하나가 O157균이라고 할 수 있다. 1996년 일본 오사카 지역에서는 9,500명 이상이 병원성 대장균 O157 식중독 환자가 발생하여 3명의 사망자를 내는 사건이 일어났다. 이와 같이 기록적인 식중독 사건이 발생하자 일본 정부에서는 그 원인을 규명하는 역학 조사를 실시했는데, 그 결과 곡물 사료를 먹인 소가 원인임이 밝혀졌다. 소에서 퍼지는 O157균은 원래 존재하던 균이 아니고 항생제에 의해 내성화된 균이 소에 기생하게 된 것이다. 이와 같은 사

교보문고 KYOBO Book Centre

실은 소에게 보리의 짚을 충분히 먹였더니 소의 변에서 검출되던 O157균이 2주만에 사라졌다는 보고에서 입증되듯이 곡물 사료에 첨가된 항생제가 원인임을 반증하고 있다[28]. 이 같은 항생제의 폐해는 소뿐만 아니라 밀폐된 한정된 공간에서 사육되는 돼지와 닭, 그리고 양식어에 있어 공통된 문제라고 할 수 있다. 그러나 항생제의 폐해는 이와 같은 내성균의 발생만이 문제가 되는 것은 아니고, 체내에 陰陽의 불균형을 초래하는 문제점을 가지고 있다. 곪는다는 것은 한의학적으로 陰化의 과정으로 볼 수 있으니, 항생제는 陰化의 기전을 억제하는 것으로 볼 수 있다. 한편, 일부 항생제의 경우 성장을 촉진시킨다는 보고가 발표되었는데, 1940년대 중반 미국에서 항생제 찌꺼기를 사료에 넣었더니 병아리 성장이 증가하였다는 것이다. 이후 이 문제에 대한 논쟁이 있어 왔는데, 성장을 긍정하는 쪽에서는 腸管內의 정상 균주를 조절하여 영양 흡수를 좋게 한다는 설과, 항생제가 소화관내 유용 세균의 발육을 도와서 유해 세균을 줄이거나 약화시켜 영양 흡수가 개선된다는 설이 제기되고 있다[29]. 항생제가 성장을 촉진할 수 있다는 효과를 한의학적으로 설명하면 항생제가 염증을 억제하여 체내의 陰化작용을 억제함으로 인해 상대적으로 陽化작용이 항진되어 나타나는 결과라고 볼 수 있다. 이와 같이 항생제의 다량 섭취는 인체의 陰化작용을 억제하여 상대적으로 陽化작용을 항진시킨다고 볼 수 있다.

셋째, 방부제의 폐해이다. 공장에서 제조된 대부분의 인스턴트 음식에는 다량의 방부제가 함유되어 있다. 방부제는 그 사용 목적이 부패하는 것을 방지하는 것이니, 이 경우도 항생제와 마찬가지로 체내의 陰化작용을 억제하는 것이라고 볼 수 있다. 방부제의 작용으로 陰化작용이 억제된다는 것은 체내에 들어온 음식물이 완전 연소되지 않는 상황을 초래하게 된다는 것을 의미한다. 胃에 들어온 음식은 胃의 腐熟作用을 통해 충분히 소화되어야 비로소 인체를 營養할 수 있는 영양분이 생성되게 된다. 그러나 방부제가 함유된 음식물은 썩는 과정, 즉 腐熟과정이 제대로 진행되지 않게 되고, 그 결과 체내에 병리적인 濕熱이 쌓이게 되는 상황을 초래하게 된다. 이와 같이 방부제가 첨가된 음식물을 섭취하게 되면, 위에서 소화를 시키지 못하게 되어 소화되지 못한 음식물은 덩어리를 이루어 지속적으로 장을 자극함으로써 암 등의 질환을 유발할 수 있다. 뿐만 아니라 체내에 濕熱이 쌓이게 되어 결과적으로 음식물을 통해 생성되는 後天之精의 부족 현상이 나타나고 최종적으로 相火가 치성하게 되는 결과가 나타나게 된다.

넷째 설탕의 폐해이다. 설탕은 五味 가운데 주로 甘味의 속성을 가지게 되는데, 甘味는 끈적끈적한 성질이 있어 속도를 늦추고, 에너지원으로서 우리 몸의 氣를 돌려주어 편안함을 느끼게 해주는 효능이 있다[30]. 먼저 甘味의 끈적끈적한 성질을 살펴보면, 甘味는 五行 속성상 土에 배속이 된다. 주지하는 바와 같이 土는 만물을 받아들이고 융화시키는 성질을 가지고 있다. 그러나 土가 과도하게 되면 오히려 凝滯시키는 성질로 인해 氣의 소통을 방해하게 되는데, 甘味를 과도하게 섭취할 경우 體內에 凝滯되어 濕痰을 발생시킬 소지가 있는 것이다. 이와 같이 甘味의 과다 섭취로 인해 濕痰이 積滯되면 氣血 순환이 이루어지지 못하여 결과적으로 精의 생성에 영향을 미치게 되는 것이다. 한편, 甘味는 氣를 돌려주는 작용을 가지고 있는데, 『素問·陰陽應象大論』에서는 "氣味辛甘發散爲陽, 酸苦涌泄爲陰"[31]이라고 하여, 辛味와 甘味는 발산하여 陽의 작용을 하는 것으로 설명하고 있다. 체내에서 적당한 발산작용은 氣血의 순환을 원활하게 해 줌으로써 건강상태를 유지시켜 주지만, 과도한 발산작용은 陽化작용을 촉진시켜 火를 일으킬 소지가 있다. 그

28) 고와카 준이치 외 지음, 생협전국연합회 옮김, 『항생제 중독』, 2005, 39~41쪽
29) 고와카 준이치 외 지음, 생협전국연합회 옮김, 『항생제 중독』, 2005, 78~81쪽
30) 白裕相, 『內經 運氣篇의 氣味 運用에 대한 硏究』, 慶熙大學校 大學院 博士學位論文, 2002, 6~7쪽
31) 洪元植, 『精校黃帝內經素問』, 東洋醫學硏究院, 23쪽

교보문고 KYOBO Book Centre

러므로 인스턴트 음식에 과도하게 노출 될 경우 설탕의 섭취량이 늘어나게 되고, 과도한 설탕의 섭취는 과도한 陽化작용으로 이어져 종국에는 火가 치성한 상태에 이르게 되는 것이다.

이상에서 살펴본 바와 같이 성장촉진호르몬제, 항생제, 방부제, 설탕은 체내의 陽化작용을 항진시키고 濕熱을 축적시켜 결과적으로 精不足을 초래하게 되어 체내에 相火가 치성하게 되는 악성변화를 유발 할 수 있게 된다.

2) 과다한 육류 섭취의 문제점

근자의 한국인 식단은 육류가 주를 이루고 있는 실정이다. 이와 같은 현실에는 서구문화의 영향도 컸지만, 육식만이 고단위 단백질을 공급한다는 잘못된 인식도 영향을 미치고 있다. 물론 육류는 많은 열량을 함유하고 있어 체내에 열량을 공급하는 역할을 하고 있다. 즉 『素問·藏氣法時論』에서 "五穀爲養, 五果爲助, 五畜爲益, 五菜爲充"[32]이라고 하였듯이, 육류는 精血을 보태는 기능, 즉 체내에 열량을 보충하는 기능을 가지고 있다. 그러나 근자에 들어 과다한 육류 섭취에 대한 폐해가 발표되고 있고, 특히 근래에 한국인의 암환자 가운데 대장암의 비율이 높아지는 이유를 설명함에 있어, 많은 전문가들은 육류 위주의 식단이 중요한 원인이라고 밝히고 있다. 이미 전 세계적으로 육류를 많이 섭취하면서도 대장암 발병율이 낮은 인구집단은 단 한군데도 없음이 밝혀졌는데, 그 이유는 동물성 지방 때문이라고 할 수 있다. 즉, 채소 등을 통해 흡수되는 섬유소의 양이 절대적으로 부족한 상황에서 동물성 지방을 섭취하게 되면 노폐물이 장을 통과하는데 걸리는 시간이 훨씬 길어지게 되고[33], 그 결과 동물성 지방이 굳어지게 되는 것이다. 이와 같이 굳어진 동물성 지방은 장내에서 오래도록 머물게 되고, 그 결과 대장내의 독성이 높아지게 되어 대장 내벽이 그 만큼 많은 독소를 흡수하게 됨으로써 대장암의 발병율이 높아지게 되는 것이다[34]. 육류의 섭취는 대장암에만 한정된 것은 아니다. 대부분의 육류 섭취 방법은 불에 구워진 상태에서 섭취되는데, 육류를 불에 구워 섭취하게 되면 체내에 포화지방과 콜레스테롤이 축적되는 결과를 낳게 된다. 즉, 과도한 육류의 섭취는 혈관내에 포화지방과 콜레스테롤의 수치를 높임으로써 동맥경화를 야기하고 마침내 심장병을 불러올 수 있는 것이다. 한국전쟁 중 사망한 미군 군사와 한국 군사를 부검한 결과 미군 사망자의 경우 혈관내 접착물로 인해 이미 좁아진 혈관을 가지고 있었음에 비해, 비슷한 또래인 한국군의 혈관은 전혀 손상되어 있지 않았다는 사실은 육류 섭취가 혈관 질환과 관련성이 있음을 보여주는 것이다[35]. 이와 같은 육류 섭취의 폐해는 덴마크나 노르웨이 등의 국가가 1, 2차 세계대전 과정 중 일시적으로 육류 섭취를 제한 당했던 시절에 오히려 순환기 계통의 질환으로 인한 사망률이 확연하게 감소되었다는 보고와, 전 세계에서 최 장수 종족으로 꼽히는 곳의 식단이 채식위주의 식단이라는 사실에서도 확인할 수 있다[36]. 그렇다면, 육류의 섭취가 문제가 되는 이유는 무엇인가? 이에 대해 마쿠우치 히데오는 일본 사회에서 중년층의 短命化에 대해 육류가 주식이 된 戰後의 식생활 변화를 가장 중요한 원인이라고 결론지으면서 "불완전연소" 이론을 제시하고 있다. 즉, 육류 위주의 식단은 오히려 영양실조를 유발할 수 있다는 것이다[37]. 즉, 과도한 육류 섭취는 완전한 소화 과정을 거치지 못하여, 그 결과 체내에 濕熱이 쌓이게 되는 결과를 초래한다는 것이다. 앞에서도 언급하였듯이 체내에 濕熱이 쌓이게 되면 氣血 순환이 원활해지지 못하게 되고,

32) 洪元植, 『精校黃帝內經素問』, 東洋醫學研究院, 89쪽

33) 섬유소는 대장을 따라 내려가면서 노폐물을 깨끗이 쓸어주는 빗자루 같은 역할을 하는데, 섬유소가 없다면 섭취한 음식이 대장을 통과하는데 걸리는 시간이 길어질 수밖에 없는 것이다.

34) 존 로빈스 지음, 손혜숙 옮김, 『육식 건강을 망치고 세상을 망친다②』, 아름드리미디어, 2004, 90~95쪽

35) 존 로빈스 지음, 손혜숙 옮김, 『육식 건강을 망치고 세상을 망친다②』, 아름드리미디어, 2004, 16~19쪽

36) 존 로빈스 지음, 이무열 옮김, 『육식 건강을 망치고 세상을 망친다①』, 아름드리미디어, 2004, 253~258쪽

37) 마쿠우치 히데오 지음, 김욱송 옮김, 『초라한 밥상』, 참솔, 2003, 95~98쪽

교보문고 KYOBO Book Centre

결과적으로 後天之精의 부족 상태가 되어 相火가 치성하게 되는 결과를 초래하게 되는 것이다.

3) 식습관과 관련된 문제점

과거의 농경시대와는 달리 산업화된 사회에 살고 있는 현대인은 너나없이 바쁜 일과 속에 생활하고 있다. 산업 사회는 경제의 기반이 도시로 집중될 수밖에 없는 구조를 가지게 되고, 그 결과 많은 인구가 도시로 집중되는 현상을 낳을 수밖에 없다. 결과적으로 농촌의 인구가 도시로 유입되어 농촌은 황폐화되어 경제적으로 지역 불균형 등 많은 문제점이 야기되고 있다. 뿐만 아니라 도시는 인구 과밀화로 인해 주거환경의 미비, 환경오염의 증가 등 생활조건이 열악해질 수밖에 없다. 특히, 교통 혼잡으로 인한 문제점은 국가 경쟁력을 약화시킬 뿐만 아니라, 이로 인해 불규칙한 식습관을 유발하게 되어 건강을 해치는 결과를 낳을 수도 있는 것이다.

현대인은 대체로 바쁜 생활의 영향으로 저녁 식사의 비중이 높은 것으로 보고되고 있다[38]. 특히, 전기의 발견으로 생활패턴이 바뀌면서 늦은 시간까지 활동을 하면서 자기 직전에 음식을 섭취하는 경우가 많다. 이와 같이 저녁에 과식을 하거나, 늦은 시간에 음식을 섭취한 채 잠이 들면 胃에서 충분히 소화할 시간적 여유가 없게 되어 불완전한 소화 상태에서 수면을 취하기가 쉽다. 주지하는 바와 같이 胃에서 음식을 소화시키는 데는 일정한 시간이 소요되기 때문에, 식사 후 충분한 시간이 경과한 후 수면을 취해야만 한다. 그렇지 못하면 胃의 腐熟작용이 충분하지 못하게 되고, 그 결과 水穀之味를 통한 精의 흡수가 원활하게 이루어지지 못할 뿐만 아니라 체내에 濕熱이 쌓이게 되는 결과를 초래하게 되는 것이다. 한편, 현대인의 식사 속도는 과거에 비해 빨라지고 있는 편이데, 그 결과 치아의 저작활동이 부족하게 되어 胃에서 음식물을 제대로 소화할 수 없게 된다. 이와 같이 현대인의 식습관은 胃에서 음식물을 충분히 소화하기 힘든 상황을 초래하게 되고, 그 결과 체내에 濕熱이 쌓이게 하는 결과를 낳게 된다. 앞에서도 여러 차례 언급하였듯이, 濕熱이 적체되면 精이 제대로 생성되지 않게 되고 그 결과 相火가 치성하게 되는 것이다.

4) 분유와 우유 섭취의 증가

얼마 전 보건복지부에서는 분유 광고를 함에 있어 분유가 모유를 대체할 수 있다는 내용을 삭제할 것을 결정하였다. 이미 서구 사회에서는 모유의 수유가 일반화되어 있고, 또한 WHO에서 생후 2년 동안 모유를 수유 할 것을 권장하고 있는 현실을 볼 때, 우리나라의 분유에 대한 정책은 시기적으로 너무 늦은 감이 있다. 근자에 어린아이들의 치열이 고르지 않고[39] 아토피성 피부염이 증가하는 추세에 대해 嬰兒期때 섭취한 분유가 원인일 수 있다는 경고는 이미 일반화된 상식이다. 뿐만 아니라 분유의 섭취는 아이의 인격 형성에도 일정 부분 영향을 미칠 수 있다는 결과가 보고되고 있다[40]. 이와 같이 근자에 들어 분유의 문제점에 대한 담론이 형성된 것에 비해 우유에 대한 문제점 제기는 미흡한 실정이다. 여전히 TV와 신문 등에서는 우유가 칼슘 성분을 함유하

38) 박현서, 안선희, 『학령전 아동의 식습관과 사회적 행동과의 관계』, 韓國營養學會誌, 2003, 36(3), 299~301쪽

39) 근자에 들어 소아만을 대상으로 하는 치과가 늘어가고 있다. 이는 과거와 달리 아이를 하나만 두고 있는 부모가 아이의 사소한 치아 질환에도 치과를 찾는 현실을 반영하는 것이라고 할 수 있다. 그러나 중요한 것은 과거에 비해 아이들의 치열이 고르지 못하고, 또한 충치가 급속도로 늘어난다는 것이다. 그 이유에 대해 여러 가지 주장이 있을 수 있겠지만 분유도 그 중요한 원인이라는 주장이 제기되고 있다.

40) 이 보고서는 비행 청소년과 일반 청소년을 비교하면서 분유의 섭취율을 조사하였다. 그 결과 비행 청소년의 경우 분유를 섭취한 비율이 일반 청소년에 비해 높은 것으로 조사되고 있다. 이 같은 결과는 물론 아이가 모유를 먹으면서 정서적 안정을 유지할 수 있고, 또한 모유수유를 하는 가정이 분유 수유를 하는 가정보다 안정적일 수 있다는 사실을 부정할 수는 없다. 즉, 여러 가지 요소가 복합적으로 작용할 수 있지만, 분유의 섭취가 아이의 인격형성에 일정 부분 영향을 미칠 수 있음을 지적한 것이다.
박선주 外 3人, 『비행청소년과 일반청소년의 식생활 비교 연구』, 대한지역사회영양학회지, 2003 8(4), 515쪽

교보문고 KYOBO Book Centre

고 있어 뼈를 튼튼히 하고 아이의 성장을 돕는다는 과대광고를 내 보내고 있다. 그러나 낙농업이 가장 발달한 북유럽 국가에 골다공증 환자가 전 세계적으로 가장 많고, 우유를 매일 마시고 있는 아이들의 골절 경력이 높은 비중을 차지하는 현실[41]에 대해서는 모두 입을 다물고 있는 현실이다. 이제는 우유가 건강을 담보할 수 있는 완전식품이라는 맹신에서 벗어나야 한다.

그렇다면 분유와 우유의 문제점은 무엇인가? 우리가 먹게 되는 우유와 분유는 대부분 소에게서 취하게 되는데, 소에게서 취한 우유나 분유가 인체에 미치는 영향을 살펴보고자 한다면, 소와 인간의 生長 상태를 살펴봄으로써 그 실마리를 찾을 수 있다. 인간은 태어나서 성인으로 성장하기까지 많은 시간이 소요된다. 즉, 『素問·上古天眞論』에서는 여자의 경우 21세에 성장이 極에 달하고 28세에 筋骨이 견고해진다고 하였고, 남자의 경우 24세에 성장이 極에 달하고 32세에 筋骨이 융성해진다고 하였다[42]. 이에 비해 소는 인간보다 극히 짧은 시간만에 최고의 성장점까지 도달하게 된다. 즉, 인간에 비해 소는 월등히 빠른 생장 싸이클을 가지게 되고[43], 이와 같은 빠른 생장 싸이클에 도움을 주는 것이 소의 젖이라고 할 수 있다. 생장 싸이클이 빠르다는 것은 형체의 성장을 의미하는 것이고, 이것은 한의학적으로 陽化 과정이 빠른 것으로 설명할 수 있다. 즉, 우유는 급속한 陽化과정이 필요한 어린 소에게 적합한 영양소가 들어 있는 것으로, 이 우유가 인간에게도 어린 소에서와 마찬가지로 적합한 영양소를 공급할 수 있는 것인가에 대해서는 재고해 볼 필요가 있는 것이다. 즉, 인간은 嬰兒에서 成人에 이르기까지의 생장 싸이클이 소에 비해 그 속도가 매우 늦고, 그 성장의 양태도 다르다. 일각에서는 인간은 출생 직후 몸의 성장보다는 뇌세포의 형성을 우선해서 성장하고, 모유가 뇌세포의 형성에 관여되는 것으로 주장하고 있다[44]. 腦는 한의학에서 "髓之海"[45]라고 표현하듯이 髓가 가장 많이 모여 있는 곳이라고 할 수 있다. 髓는 精의 또 다른 표현이라고 할 수 있는데, 嬰兒期때 모유를 수유하지 않고 분유로 대체할 경우 精의 생성에 지장을 초래할 수 있는 것이다. 또한, 정상적인 생장 싸이클에서 벗어나 과도한 陽化 작용이 일어나게 되고, 과도한 陽化 작용은 체내에 火를 조장하는 원인이 되어 精을 모손시킬 수 있는 것이다.

3. 주거환경의 문제점

인간은 자연계의 변화에 순응·적응해감으로써 건강한 삶을 유지할 수 있게 된다. 이것을 한의학에서는 "天人相應"이라고 표현하면서, 이 이론에 근거하여 『素問·四氣調神大論』에서는 각 계절마다 적합한 생활규율을 제시해 주고 있다[46]. 그러나 현대인의 삶은 과학 문명의 결과물에 둘러쌓인 채, 이러한 생활규율을 어기고 점차 자연과 격리된 삶을 살아가고 있다. 이에 논자는 현대인의 주거환경의 문제점을 냉·난방 시설의 과

41) 일본 전국의 양호교사가 학생 7만 명을 대상으로 골절 경력을 조사한 결과, 초등학생의 골절 경험은 42%, 고등학생은 16%라는 놀라운 결과가 나왔다. 조사 대상의 학생들은 일본에서 단체급식으로 칼슘이 풍부하다는 우유를 매일 마셔왔던 아이들이었다. 그럼에도 이와 같이 골절 경력이 높다는 것은 우유가 과연 인체에 칼슘을 공급하여 뼈를 튼튼하게 할 수 있는가에 대한 원론적인 의문을 제기하는 것이라고 할 수 있다.
마쿠우치 히데오 지음, 김욱송 옮김, 『초라한 밥상』, 참솔, 2003, 71~72쪽

42) 洪元植, 『精校黃帝內經素問』, 東洋醫學研究院, 11쪽
"女子七歲腎氣盛, 齒更髮長. 二七而天癸至, 任脈通, 太衝脈盛, 月事以時下, 故有子. 三七腎氣平均, 故眞牙生而長極. 四七筋骨堅, 髮長極, 身體盛壯. …… 丈夫八歲腎氣實, 髮長齒更. 二八腎氣盛, 天癸至, 精氣溢瀉, 陰陽和, 故能有子. 三八腎氣平均, 筋骨勁强, 故眞牙生而長極. 四八筋骨隆盛, 肌肉滿壯."

43) 소의 경우 체중이 출생시의 2배가 되는데 47일이 소요되는데 비해 인간은 180일 정도 걸리며, 소의 경우 태어난 지 2년이 지나면 약 10배정도 성장하는데 비해, 같은 기간 동안 인간의 성장은 약 4배에 불과하다.
마쿠우치 히데오 지음, 김욱송 옮김, 『초라한 밥상』, 참솔, 2003, 66~67쪽

44) 마쿠우치 히데오 지음, 김욱송 옮김, 『초라한 밥상』, 참솔, 2003, 67~68쪽

45) 洪元植, 『精校黃帝內經靈樞』, 東洋醫學研究院, 1985, 174쪽

46) 洪元植, 『精校黃帝內經素問』, 東洋醫學研究院, 14쪽

교보문고 KYOBO Book Centre

도를 중심으로 살펴보고자 한다.

과학의 발전은 현대인의 삶의 방식을 여러 가지 면에서 바꾸어 놓았는데, 그 가운데 대표적인 것이 주거환경이라고 할 수 있다. 특히, 대부분의 시간을 실내에서 보내고 있는 현대인에게 주거환경의 중요성은 아무리 강조하여도 부족함이 없을 것이다. 그러나 현대의 주거환경은 그 편리성만 강조되고 있을 뿐, 인간의 건강 측면은 외면되고 있는 실정이다. 즉, 많은 사람들이 고층 아파트에서 생활함으로 인해 地氣의 영향을 받지 못하고, 또한 밀폐된 공간 속에서 생활하기 때문에 氣의 소통이 제대로 이루어지지 않는 다는 단편적인 문제 이외에, 자연의 기후 변화에 적응하지 못한다는 문제점을 야기 시키고 있다. 특히, 여름과 겨울의 과도한 냉·난방 시설은 인간의 정상적인 생체리듬에 혼란을 초래하여 질병을 유발할 수 있는 것이다.

예로부터 인류는 자연환경에 적응해 가는 과정에서 자연의 기후 조건에 따라 각기 다른 가옥 구조를 만들어 냈다. 예를 들면 중국의 북방 지역에서는 찬 기후에 대비하기 위하여 穴居형태의 가옥 구조가 생겨났고, 남방 지역에서는 濕熱한 기후에 대비하여 巢居와 杆欄형태의 가옥 구조를 만들어 냈다[47]. 이와 같은 자연에 적응하기 위한 초보적인 인식은 점차 체계화되기 시작하였고, 특히 의학 분야에 있어 天人相應이라는 이론을 도출해 내었고 그 대표적인 것이 『素問·四氣調神大論』의 내용이다. 「四氣調神大論」의 내용은 天人相應의 이론에 근거하여 4계절이 순환하면서 나타내는 자연계의 氣의 변화에 인간이 순응해야 함을 설명하는 것이다. 예를 들면, 여름은 蕃秀에 해당되는 시기이므로 인간도 밖에서 활동하여 陽의 기운을 받아들이면서 땀을 내어 氣를 소통시키고, 겨울은 閉藏에 해당되는 시기이므로 외부의 활동을 줄여 陽을 擾亂시키지 말고 주변 환경을 따뜻하게 하되 땀이 나서 氣가 奪해질 정도까지는 하지 말라고 설명하고 있다[48]. 그러나 현대인은 여름에는 냉방병을 앓을 정도로 에어컨 등 냉방기구에 의존하여 생활하고 함으로써 氣가 소통되지 못하여 체내에 濕熱이 쌓이는 상황을 조장하고 있다. 또한, 겨울에는 육체적인 활동을 줄임으로써 체내에 精을 축적할 시기임에도 불구하고 다른 계절과 마찬가지로 왕성한 활동을 하고 있고, 뿐만 아니라 과도한 난방기의 사용으로 실내의 온도가 필요 이상으로 올라간 상태에서 생활하고 있다. 이러한 것들은 모두 체내에 熱을 잠복 시킬 수 있는 여건을 만드는 것으로, 결과적으로 인체의 精이 부족해 질 수 있는 상황을 초래하게 되는 것이다.

4. 약물의 오·남용

2005년 9월 28일에 있었던 건강보험심사평가원 국정감사에서 제시된 자료에 의하면 우리나라 병원의 항생제 처방율이 여전히 높은 것으로 지적되고 있다. 특히, 감기환자 항생제 처방율 상위 100개 기관의 현황에 따르면 의원의 경우 항생제 처방율이 97.63%에 달하고, 병원급 이상의 경우 76.95%를 차지하는 것으로 확인 되어 충격을 던져주고 있다[49]. 또한, 2004년 8월 식품의약안전청은 페닐프로판올아민(ppA) 성분이 들어 있는 73개 업체 166종의 감기약을 복용하면 출혈성 뇌졸중이 발생할 수 있다는 연구 보고를 발표하면서, 해당 품목의 제조·수입·유통을 전면 금지시키는 사태가 발생하였다. 그러나 감기약의 경우 단순히 pp. A 성분만 문제가 되는 것이 아니다.

47) 甄志亞 主編, 『中國醫學史』, 知音出版社, 民國 83年 (1995), 16~18쪽

48) 洪元植, 『精校黃帝內經素問』, 東洋醫學硏究院, 14쪽 "夏三月, 此謂蕃秀, 天地氣交, 萬物華實, 夜臥早起, 無厭於日, 使志無怒, 使華英成秀, 使氣得泄, 若所愛在外, 此夏氣之應, 養長之道也, 逆之則傷心, 秋爲痎瘧, 奉收者少, 冬至重病. …… 冬三月, 此謂閉藏, 水冰地坼, 無擾乎陽, 早臥晩起, 必待日光, 使志若伏若匿, 若有私意, 若已有得, 去寒就溫, 無泄皮膚, 使氣亟奪, 此冬氣之應, 養藏之道也, 逆之則傷腎, 春爲痿厥, 奉生者少."

49) 이 보고서는 선진국과 한국의 항생제 내성을 가진 황색포도상구균의 비율을 비교하여 발표하였는데, 스웨덴의 0.6%에 비해 한국은 100배 이상인 70%인 것으로 조사되었다. 이 수치는 많은 선진국과 비교할 때 상당히 높은 수치이고, 아프리카의 15%에 비해서도 약 5배 정도 높은 수치이다.

교보문고 KYOBO Book Centre

한의학에서는 感冒를 치료함에 있어 發散法을 써서 邪氣를 밖으로 내보내는 치료를 하는데 비해, 서양의학에서는 감기 치료에 있어 熱을 떨어뜨리는 방법을 주로 사용하기 때문에 熱이 체내로 잠복되는 부작용을 낳게 되는 것이다. 이와 같이 체내에 잠복된 熱은 陰液을 모손시키게 되는데, 이와 같은 상태가 지속됨으로써 결과적으로 中風을 유발할 수 있는 것이다. 洋藥의 폐해는 비단 감기약뿐만 아니라 각종 예방접종 등에서도 나타날 수 있다. 해마다 10월 말이 되면 국가에서 독감예방접종을 종용하고, 심지어는 9시 뉴스에서 독감예방접종을 권유하는 앵커의 멘트로 뉴스를 마감하고 있다. 뿐만 아니라 소아과에서는 30여종 이상의 각종 예방 접종을 강요하다시피 하면서 국민들을 위협하고 있다. 물론 예방 접종이 일정정도 질병의 발생을 예방하는 효과를 가지고 있지만, 대부분의 예방 접종이 체내에 熱을 잠복시키는 부작용을 낳게 되어 오히려 다른 질환을 유발할 수 있는 것이다.

약물의 폐해는 양약에만 국한되는 것은 아니다. 한약의 경우에도 오·남용에 의한 폐해가 발생할 수 있다. 현재 한국 한의학의 약물요법은 다양한 연구를 통해 질병의 치료쪽으로 발전해 가고 있다. 그러나 여전히 많은 국민들이 한약을 補藥의 개념으로 이해하고 있고, 또한 실제 한의원에서 처방되는 약물의 많은 부분이 補陽藥 위주의 처방으로 구성되고 있는 실정이다. 한의학에서 毒의 의미는 氣味가 한쪽으로 치우쳐 있는 것을 의미하는데, 여기서 毒의 의미는 후대의 本草書에서 말하는 毒의 개념이 아니다. 한의학에서 질병의 개념은 陰陽의 조화가 깨져 한쪽으로 치우쳐진 것이므로, 병을 치료하고자 한다면 氣味가 한쪽으로 치우친 것이라야 가능한 것이고, 이와 같이 陰陽의 한 쪽 방향으로 치우친 것을 毒이라고 하는 것이다[50]. 즉, 五穀·五果·五畜·五菜가 인체의 氣血을 길러주는 것에 비해[51], 약은 陰陽의 편중된 것을 바로잡아 주는 것으로, 필요 이상으로 복용할 경우 오히려 陰陽의 불균형을 초래하는 것이다. 그러므로 補陽藥의 남용은 오히려 체내에 濕熱을 적체시키게 되어 精을 모손시키고 결과적으로 相火의 발생을 초래할 수 있는 것이다.

Ⅲ. 考 察

이상에서 살펴본 지구의 온난화 현상, 식습관, 주거환경의 문제, 약물의 오·남용은 공통적으로 精을 모손시켜 결과적으로 陰虛로 인한 虛熱性 질환을 발생시킬 소인을 가지고 있다. 이에, 현재 의학계에서 문제가 되고 있는 몇 가지 질환들을 陰虛의 관점에서 살펴보도록 하겠다.

첫째, 근래 들어 증가 추세에 있는 소아의 아토피성 피부염(태열)은 陰虛로 인한 虛熱과 관련이 있다. 일반적으로 아토피성 피부염은 소아에게 다발하는 것으로 알려져 있는데, 그 이유는 소아는 純陽之體로 陽化작용이 활발하게 일어나고 있는데 체질적으로 열이 많거나 혹은 주변의 환경요인에 의해 체내에 열이 축적됨으로 인해 발생하게 된다. 특히, 근래 들어 발병율이 높아지는 이유는 체질적인 원인보다는 환경적 요인이 근본적인 원인일 것으로 추정할 수 있다. 즉, 온난화 현상·밀폐된 주거환경·잘못된 식습관 및 생활 습관과 과도한 예방 접종을 포함한 약물의 오남용이 모두 체내에 열을 축적시키게 되고, 그 결과 축적된 열이 陰精을 모손시켜 虛熱을 유발함으로써 발생하게 되는 것이다. 그러므로 이 질환의 처치는 적절한 약물 치료도 중요하지만 식습관 등의 주변의 환경을 조절하는 것이 중요하다고 할 수 있다.

둘째, 근자에 급격하게 증가하고 있는 不姙과 관련이 있다고 할 수 있다. 일반적으로 不姙症은

50) 張介賓, 『類經』, 人民衛生出版社, 1980, 456쪽
"藥以治病, 因毒爲能, 所謂毒者, 以氣味之有偏也. 蓋氣味之正者, 穀食之屬, 是也, 所以養人之正氣. 氣味之偏者, 藥餌之屬, 是也, 所以去人之邪氣. 其爲故也, 正以人之爲病, 病在陰陽偏勝耳. 欲救其偏, 則惟氣味之偏者能之, 正者不及也."

51) 洪元植, 『精校黃帝內經素問』, 東洋醫學研究院, 86쪽
"五穀爲養, 五果爲助, 五畜爲益, 五菜爲充, 氣味合而服之, 以補精益氣."

교보문고 KYOBO Book Centre

결혼한 부부가 1년 내에 정상적인 부부생활을 영위하는데도 임신이 되지 않는 경우로 모든 부부의 10~20%에서 불임증을 호소하고 있는 것으로 보고되고 있다[52]. 불임의 원인에 대해서 서양의학에서는 여성에 기인한 불임증을 40~45% 정도로 추정하고 있고, 여성불임의 원인을 자궁경부인자, 자궁인자, 난관 및 복막인자, 배란인자, 면역학적인자 등으로 구분하고 있다[53]. 이에 비해 한의학에서는 督脈과 衝任脈의 이상, 體質虛弱, 腎氣虛寒, 子宮久冷, 胞中之痰, 陰虛火旺, 肥滿에 의한 痰濕 등을 불임의 원인으로 인식하고 있다[54]. 그러나 근자에 들어 남성의 정자수가 줄어들고, 또한 정자의 운동성이 떨어지고 있다는 결과가 발표되고 있는 상황을 염두에 둔다면, 현대인의 不姙은 精不足이 주요한 원인 가운데 하나일 것으로 추정할 수 있다. 위에서 살펴본 바와 같이 우리의 주변 환경은 대체로 陽化작용을 항진시키거나, 체내에 濕熱을 적체시켜 精不足을 야기 시키고, 종국에는 相火를 조장하고 있다. 이와 같이 精이 부족해지고 相火가 치성한 陰陽 격리의 상태는 3가지 측면에서 不姙을 유발한다고 볼 수 있다. 첫째, 精 자체가 부족하여 임신의 상태에까지 도달하지 못하는 경우이다. 『素問·上古天眞論』에서 임신이 가능한 조건을 天癸가 충만해진 상태로 설명하고 있듯이[55], 임신의 가장 중요한 조건은 父母의 兩精이 교합하여 이루어지는 것인데, 精이 부족하게 되면 不姙에 이르게 되는 것이다. 둘째, 相火의 치성이 不姙과 관련이 있다. 相火의 치성에 대해서 朱震亨은 肝腎의 精血 부족에 의해 발생한다고 인식하고 있다[56]. 즉, 精不足이 원인이 되어 相火가 발생하게 되는데, 相火가 치성하게 되면 필연적으로 체내에 濕痰이 積滯되는 결과를 초래하게 된다. 체내의 積滯된 濕痰은 氣血의 정상적인 운행을 저해하게 되어, 精의 생성을 방해하게 되고 결과적으로 精不足으로 인해 相火가 더욱 치성해지는 악순환을 반복하게 되고, 결과적으로 不姙을 유발하게 된다. 셋째, 체내에 과도한 陽化과정이 진행됨으로 인해 不姙을 유발할 수 있다. 일반적으로 임신은 着床의 과정을 거치면서 시작한다고 볼 수 있다. 즉, 부모의 兩精이 陽의 施化작용을 통해 교합된 후, 자궁에 안정적으로 착상이 되어야 임신이 되는 것이다. 이와 같이 임신이 되기 위해서는 陽的인 의미를 가지는 精의 施化과정과 陰的인 의미를 가지는 着床이 이루어져야 한다. 그런데 체내에 과도한 陽化 작용이 진행된다면, 靜的인 상태를 유지할 수 없게 되어 원활한 着床이 이루어지지 않게 되고 결과적으로 不姙의 상태를 초래하게 되는 것이다.

셋째, 성인병 질환의 경우 陰不足 상태에서 발생하는 虛熱이 문제가 되는 경우가 많다. 성인병이란 40세 이상 向老期에 발병률이 증가하는 병을 총칭하는 것으로, 주로 고혈압, 당뇨병, 동맥경화증, 중풍 등의 질환을 말하는 것이다. 고령화 시대에 접어든 한국 사회에서 성인병의 발병은 많은 사회적 비용을 유발하게 되고, 숙련된 사회의 일군을 잃게 되는 등 많은 문제점을 내포하고 있다. 우리는 일반적으로 평균수명이 늘어난 현상과 삶의 질 부분을 동일시하는 착각을 하곤 한다. 위에서 언급하였듯이 우리 사회는 인구 구조의 면에서 고령화 사회로 접어들었다. 그러나, 전체 인구의 평균 수명이 늘어났다고 해서 성인의 건강이 증진되었다고 볼 수는 없다. 일본의 한 장수촌의 경우 70~80세의 노인은 원기 왕성하게 일하고 있는데 비해, 40~50세의 중장년들은 병으로 누워 있는 경우가 많다는 보고[57]는 우리에게 시사하는 바가 크다. 일본에서 40~50세의 중

52) 대한산부인과학회, 『부인과학』, 칼빈서적, 1991, 389~436쪽
53) 최유덕, 『불임교실』, 고려의학, 1991, 1~3쪽
54) 金哲源 外 2人, 『女性不姙의 原因分類에 關한 文獻的 考察』, 大韓韓方婦人科學會誌, 1991, 4(1), 51~53쪽
55) 洪元植, 『精校黃帝內經素問』, 東洋醫學硏究院, 11쪽 "女子七歲腎氣盛, 齒更髮長. 二七而天癸至, 任脈通, 太衝脈盛, 月事以時下, 故有子. …… 丈夫八歲腎氣實, 髮長齒更. 二八腎氣盛, 天癸至, 精氣溢瀉, 陰陽和, 故能有子."
56) 方正均, 『丹溪 養生論 硏究』, 大韓韓醫學原典學會誌, 2001, 14(2), 85~89쪽
57) 마쿠우치 히데오 지음, 김욱송 옮김, 『초라한 밥상』, 참솔, 2003, 13~14쪽

교보문고 KYOBO Book Centre

장년층은 戰後세대를 뜻하는 것으로, 이 시기는 서구의 문물이 물밀 듯 밀려오던 때이다. 즉, 모든 생활습관이 서구화되어 가는 시대에 어린 시절을 보낸 중장년층은 질병 상태에 빠져 있는 반면에, 비교적 전통적인 생활습관을 유지한 노년층은 건강을 유지하고 있다는 것이다. 이 같은 결과는 한국사회와 비교해도 별반 차이가 없을 것이다. 한국 사회도 한국전쟁 이후 서구의 문물을 선진문물로 인식하여 아무런 비판 없이 받아들였고, 특히 식습관에 있어서는 이미 서구화되어 쌀 소비량이 급격히 줄어들고 있는 실정이다. 이와 같이 戰後세대들은 서구화된 식습관에 젖어 있고, 그와 더불어 항생제와 방부제에 노출되어 있는 등 精不足을 유발시키는 환경에 둘러 싸여 있다. 그 결과 노년층보다도 오히려 성인병의 이환률이 더 높아질 것이며 수명도 오히려 줄어들 소지가 있는 것이다.

넷째, 陰虛로 인한 相火의 치성은 정서적인 부분과도 관련이 있다. 근자에 들어 아이들의 정서가 불안하고 참을성이 없으며, 또한 폭력적인 성향을 가지는 경우가 많은 것에 대한 걱정이 늘어가고 있는 실정이다. 아이들뿐만 아니라 부모를 죽이고, 지하철을 방화하는 등 불특정 다수를 대상으로 하는 폭력적인 범죄가 사회 문제로 대두되고 있는 실정이다. 이러한 사회 문제는 그 원인을 여러 가지로 살펴 볼 수 있겠지만, 火를 조장하는 주변 환경이 그 원인 중 하나일 것으로 추정해 볼 수 있다. 陰陽論의 관점에서 본다면 陰은 수렴과 저장을 하고 陽에 비해 안정적인 것이라고 볼 수 있다. 이에 비해 陽은 發散과 成長을 주로 하고 陰에 비해 활동적인 것이라고 볼 수 있다. 이같이 서로 相反된 성격을 가진 陰陽은 정상적인 상황에서는 서로 균형을 유지하고, 또한 상대방이 활동할 수 있는 근간으로 작용을 하니 이를 "陰陽互根論"이라고 부른다. 그러나 이러한 陰陽의 균형 상태가 깨지게 되면 인체에는 병리적인 상태가 나타나게 되는데, 陰陽 가운데 어느 것이 偏勝했느냐에 따라 다른 병리 기전이 나타나게 된다. 위에서 살펴본 바와 같이 현대인의 주변 환경은 대체로 陽化작용을 항진시키거나, 체내에 濕熱을 적체시켜 精不足을 야기 시키고, 종국에는 相火를 조장하는 것으로 볼 수 있다. 즉, 陽이 偏勝하게 됨으로 인해 陰의 정서에 해당하는 안정감, 인내심 등이 부족하게 되고, 그에 상반되게 불안감이 증가되고 인내심이 부족해지며 폭력적이고 공격적인 정서를 가지게 되는 것이다.

Ⅳ. 結 論

지구 온난화에 의한 기온의 상승, 식습관, 주거 환경, 약물의 오·남용 등의 문제는 陰精을 모손시켜 虛熱性 질환을 유발하는 공통된 病機를 가지고 있다. 즉, 지구 온난화의 경우 發熱을 위주로 하는 열성전염병 뿐만 아니라, 陰液을 모손시킴으로 인해 陰不足으로 인한 虛熱性 질환을 유발할 가능성도 높은 것이다.

한편, 식습관의 문제에 있어 먼저 제기할 부분은 패스트푸드의 폐해이다. 패스트푸드는 사료를 먹고 자란 저질의 육류를 사용하는데, 그 사료 안에는 많은 양의 성장촉진호르몬제와 항생제가 함유되어 있다. 성장촉진호르몬제와 항생제는 체내에서 과도한 陽化작용을 일으키게 되고, 그 결과 濕熱을 적체시키고 相火를 조장하게 된다. 인스턴트 음식에 다량 함유된 방부제도 腐熟의 과정, 즉 陰化과정을 억제하여 완전한 소화기전을 방해하여 체내에 濕熱을 적체시키고 결과적으로 相火를 조장하게 된다. 한편, 설탕의 경우도 發散을 위주로 하는 陽的인 작용을 가지고 있는데, 이것을 과다하게 섭취할 경우 체내에 火를 조장하는 결과를 낳게 된다. 또한, 과도한 육류의 섭취는 불완전연소를 유발하여 精의 생성을 방해하여 결과적으로 陰不足으로 인한 相火의 치성을 초래하게 된다. 한편, 저녁식사의 비중이 높고 식사 속도가 빨라지는 등의 잘못된 식습관은 완전한 소화과정을 거치지 못하게 되어, 체내에 濕熱을 적체시켜 精의 생성을 방해하고 결과적으로 相火의 치성을 유발하게 된다. 분유와 우유의 경

교보문고 KYOBO Book Centre

우는 빠른 생장 싸이클을 가지고 있는 소에게 적합한 것으로, 이것을 인간이 섭취하게 되면 체내에서 빠른 속도의 陽化과정을 초래하게 되어 결국 相火가 치성하게 되는 결과를 낳게 된다.

한편, 현대인의 주거 환경도 精不足을 유발하여 相火의 치성을 초래하는데, 그 원인으로는 과도한 냉·난방 시설을 들 수 있다. 밀폐된 공간에서의 과도한 냉·난방 시설은 氣의 소통을 방해하고 체내에 열을 축적하게 되어 결과적으로 精을 耗損시키게 된다.

약물의 오·남용도 精不足을 유발하게 된다. 감기약 복용과 과도한 예방접종은 체내에 熱을 잠복시키게 되어 결과적으로 精을 모손시켜 相火의 치성을 초래한다. 한약의 경우에 있어서도 補陽藥의 남용은 오히려 체내에 濕熱을 적체시키게 되어 精을 모손시키고 결과적으로 相火의 발생을 초래할 수 있다.

이상에서 살펴본 바와 같이 현대인의 주변 환경은 대체로 精을 모손시키고 相火를 조장하여, 결과적으로 陰虛로 인한 虛熱性 질환을 발생시킬 소인을 가지고 있다. 虛熱性 질환으로 근래 들어 증가 추세에 있는 것으로는 소아의 아토피성 피부염(태열)을 들 수 있다. 이 질환은 소아에게 다발하는 것으로 알려져 있는데, 그 이유는 陽化작용이 활발한 소아에게 주변의 환경요인에 의한 축적된 체내의 熱이 가해짐으로 인해 발생하게 된다 둘째, 不姙과 관련이 있다고 할 수 있다. 相火의 치성으로 체내에 濕痰이 積滯되어 氣血의 정상적인 운행을 저해하게 되어, 精의 생성을 방해하게 되고 결과적으로 精不足으로 인해 不姙이 유발된다. 또한, 체내에 과도한 陽化 작용이 진행되어 靜的인 상태를 유지할 수 없게 되고, 그 결과 원활한 着床이 이루어지지 않게 되어 不姙을 유발할 수도 있다. 셋째, 성인병 질환을 유발한다. 한국사회에서 戰後세대들은 서구화된 식습관에 젖어 있고, 그와 더불어 항생제와 방부제에 노출되어 있는 등 精不足을 유발시키는 환경에 둘러 싸여 있다. 그 결과 중장년층의 경우 노인층보다도 오히려 성인병의 이환률이 더 높으며, 수명도 오히려 줄어들 가능성이 있다. 넷째, 陰虛로 인한 相火의 치성은 정서적인 부분과도 관련이 있다. 陽化작용을 항진시키는 주변 환경에 의해 陽이 偏勝하게 되면 陰의 정서에 해당하는 안정감, 인내심 등이 부족하게 되고, 그에 상반되게 불안감이 증가되고 인내심이 부족해지며 폭력적이고 공격적인 정서를 가지게 된다.

Ⅴ. 參考文獻

1. 甄志亞 主編, 『中國醫學史』, 知音出版社, 民國 83年(1995)
2. 고와카 준이치 外 지음, 생협전국연합회 옮김, 『항생제중독』, 시금치, 2005
3. 김안국 외, 『동아시아사 연표』, 청년사, 1992
4. 金哲源 外 2人, 『女性不姙의 原因分類에 關한 文獻的 考察』, 大韓韓方婦人科學會誌, 1991, 4(1)
5. 대한산부인과학회, 『부인과학』, 칼빈서적, 1991
6. 류제헌, 『중국역사지리』, 문학과지성사, 1999
7. 마이클 그챈츠 지음, 오재호·권원태 옮김, 『엘니뇨와 라니냐』, 아르케, 2002
8. 마쿠우치 히데오 지음, 김욱송 옮김, 『초라한 밥상』, 참솔, 2003
9. 박선주 外 3人, 『비행청소년과 일반청소년의 식생활 비교 연구』, 대한지역사회영양학회지, 2003 8(4)
10. 박정훈, 『잘먹고 잘사는 법』, 김영사, 2004
11. 朴贊國,『黃帝內經에 의한 現代醫學의 檢證』, 大韓韓醫學原典學會誌, 2004, 17(4)
12. 박현서, 안선희, 『학령전 아동의 식습관과 사회적 행동과의 관계』, 韓國營養學會誌, 2003, 36(3)
13. 方正均, 『丹溪 養生論 硏究』, 大韓韓醫學原典學會誌 제14권 2호, 2001
14. 白裕相, 『內經 運氣篇의 氣味 運用에 대한 硏究』, 慶熙大學校 大學院 博士學位論文, 2002
15. 오재호 지음, 『기후학 Ⅰ- 기후와 대기순환』, 아르케, 1999
16. 윌리엄 더프티 지음, 이지연·최광민 옮김, 『슈거 불루스』, 북라인, 2004

교보문고 KYOBO Book Centre

17. 劉景源 點校, 『太平惠民和劑局方』, 人民衛生出版社, 1985
18. 張介賓, 『類經』, 人民衛生出版社, 1980
19. 趙紹琴 外 2人 編著, 이용범 外 3人 역, 『國譯 溫病縱橫』, 集文堂, 2004
20. 존 로빈스 지음, 이무열 옮김, 『육식 건강을 망치고 세상을 망친다①』, 아름드리미디어, 2004
21. 존 로빈스 지음, 손혜숙 옮김, 『육식 건강을 망치고 세상을 망친다②』, 아름드리미디어, 2004
22. 존 K.페어뱅크·에드윈 O.라이샤워·앨버트 M.크레이크, 김한규 外 옮김, 『동양문화사상』, 을유문화사, 1995
23. 陳大舜 外 2人 엮음, 맹웅재 外 9人 옮김, 『各家學說』, 대성의학사, 2001
24. 최유덕, 『불임교실』, 고려의학, 1991
25. 洪元植, 『精校黃帝內經素問』, 東洋醫學研究院
26. 洪元植, 『精校黃帝內經靈樞』, 東洋醫學研究院, 1985
27. 홍원식·윤창열 편저, 『중국의학사』, 一中社, 2001

교보문고 KYOBO Book Centre