제12강 내경편 진액(津液) / 담음(痰飮)

(1교시)

* 내경편 진액(津液)

- 진: 양 / 대장(大腸) 관할
- 액: 음 / 소장(小腸) 관할

§. 몸 안에 있는 진액 (p.775)

<영추>에서는 "주리가 열려 땀이 줄줄 나는 것을 '진(津)'이라고 한다. 진이 빠진다는 것은 주리가 열려서 땀이 많이 난다는 것이다. ◎ 음식을 먹으면 기가 가득 차고 젖어 윤택해져서 뼈에 스며들어 관절을 구부렸다 폈다 하게 하고, 그 윤택함을 퍼뜨려 뇌수를 더해주고 피부를 윤택하게 해주는데, 이것을 '액(液)'이라고 한다. 액이 많이 빠지면 관절을 구부렸다 폈다 하는 것이 매끄럽지 않고, 얼굴색이 거칠며 윤기가 없고 뇌수가 없어지고 정강이가 시리며 귀가 자주 울린다(<침구자생경>). ◎ 음식을 먹으면 음식은 장위(腸胃)로 옮겨가서 그 액이 다섯 가지로 나누어진다. 날씨가 춥거나 옷이 얇으면 오줌과 기가 되고, 날씨가 덥거나 옷이 두꺼우면 땀이 되고, 슬퍼하는 기운이 겹치면 눈물이 되고, 속에 열이 있어서 위(胃)가 늘어지면 침이 되고, 사기가 안으로 들어가 거스르면 기가 막히어 잘 돌지 못하게 되고, 기가 잘 돌지 못하면 수창(水脹)이 된다(<침구자생경>).

◎ 주리가 열려 땀이 줄줄 나는 것을 '진(津)'이라 한다. 진이 공규로 스며들어가 머물러 흐르지 않는 것이 액이다(<내경주>). ◎ 대장은 진을 주관하고, 소장은 액(液)을 주관한다. 대장과 소장은 위(胃)의 영기를 받아서 진액을 상초로 가게 하여 피모에 골고루 보내주고 주리를 충실하게 해준다. 만약 먹고 마시는 것이 적절하지 못하면 위기(胃氣)가 부족해져 대장과 소장이 받을 것이 없게 되므로 진액이 마르게 된다(동원).

§. 신은 액(液)을 주관한다 (p.777)

<난경>에서는 "신(腎)은 오액(五液)을 주관하는데 [진액은] 오장으로 나뉘어져 변화한다. 간에 들어가면 눈물이 되고, 심에 들어가면 땀이 되고, 비에 들어가면 연(涎, 맑은 침)이 되고, 폐에 들어가면 콧물이 되고, 신에 들어가면 타(唾, 침)가 된다"고 하였다. ◎ <영추>에서는 "오장에서 액이 변화하는데, 심에서는 땀이 되고, 폐에서는 콧물이 되고, 간에서는 눈물이 되고, 비에서는 연이 되고, 신에서는 타가 된다. 이것이 오액이다"라고 하였다.

* 내경편 진액(津液): 땀의 종류

§. 습열로 인하여 땀이 나는 것 (p.781)

◎ <내경>에서는 "음식을 지나치게 배불리 먹으면 땀이 위(胃)에서 나오고, 놀라서 정기(精氣)를 잃으면 땀이 심(心)에서 나오고, 무거운 것을 지니고 먼 길을 가면 땀이 신(腎)에서 나오고, 빨리 달리거나 두려워하면 땀이 간에서 나오고, 몸을 움직여 지나치게 일하면 땀이 비(脾)에서 나온다"고 하였다. ◎ 위기(衛氣)가 허하면 땀을 많이 흘리고, 영혈(榮血)이 허하면 땀이 나지 않는다(<의학강목>). ◎ 풍병에 땀을 많이 흘리는 것은 풍이 기를 흩어지게 하기 때문이다. 담증에도 역시 땀

아트앤스터디 www.artnstudy.com

이 나고 머리가 어지럽고 구역이 나는 데는 궁하탕을 쓴다. 화기(火氣)가 위로 위(胃) 속의 습을 훈증하여도 땀이 나는데, 양격산이 주치한다(<단계심법>).

§. 자한(自汗) (p.783)

자한이란 때없이 [땀이] 축축하게 나고 움직이면 더 심해지는데, 양허에 속하고 이는 위기(胃氣)로 인한 것이다. 치료법은 양을 보하고 위(胃)를 고르게 하여야 한다(<의학정전>) ◎ <영추>에서는 "위기는 주리를 충실하게 하고, 땀구멍을 열고 닫게 하는 일을 맡고 있다"고 하였다. 위기가 허하면 주리가 성기게 되고, 땀구멍을 열고 닫지 못하여 땀이 나게 된다.

◎ 무릇 내상증이나 모든 허손증으로 자한이 그치지 않는 경우에는 보중익기탕에 부자, 마황근, 부소맥을 조금 더하여서 쓰면 효과가 매우 좋다. 그런데 승마와 시호를 모두 꿀물에 축여 볶아 쓰는 것은 [그 약들이] 지나치게 끌어올려 발산시키는 성질을 누그러뜨리고, 또 인삼, 황기 등의 약 기운을 끌어올려 기표(肌表)까지 이르게 하기 위해서이다(동원). ◎ 장기의 계지탕은 풍사(風邪)에 감촉되어 발생하는 자한에 좋은 약이다. 황기건중탕은 외감으로 기허하여 발생하는 자한에 좋은 약이다(동원). ◎ 상한으로 자한이 나는 데는 아홉 가지 증이 있다. ◎ 자한에는 황기탕, 황기육일탕, 삼귀요자, 모려산, 소건중탕, 삼기탕, 쌍화탕, 계부탕, 출령탕, 진액단, 삼부탕, 기부탕을 두루 쓴다.

§. 도한(盜汗) (p.793)

<내경>에서는 "신(腎)이 병들면 침한(寢汗)이 나고 바람을 싫어한다"고 하였다. 왕빙의 주에서 "침한은 도한이다"라고 하였고, 성무기는 "도한이라는 것은 잠잘 때만 땀이 나고 깨어나면 그치는 것이다"라고 하였다. ◎ 도한은 잠자는 동안 온몸에 목욕한 것같이 땀이 나는데, 깨어나서야 땀이 난 것을 알게 되는 것이다. [도한은] 음허증에 속하고 영혈이 주관하는 것이므로, 혈이 허하고 화가 있는 것이다. 당귀육황탕을 쓰면 매우 잘 낫는다. 또는 사물탕에 지모, 황백을 더하여 쓰는데, 기가 허하면 인삼, 백출, 황기를 더하여 쓴다(<단계심법>).

◎ 도한이 나는데 신화(腎火)가 몹시 요동치면 정기탕을 쓰고, 비에 습이 성하면 사제백출산을 쓰고, 간에 열이 있으면 용담산을 쓴다. 자려고 눈만 감으면 땀이 나는 것은 담에 열이 있기 때문인데, 소시호탕을 쓴다. 당귀지황탕, 모려산, 삼기탕을 두루 쓴다.

* 당귀육황탕: 도한을 치료하는 아주 좋은 약이다. 황기 두 돈, 생지황, 숙지황, 당귀 각 한 돈, 황금, 황련, 황백 각 일곱 푼. 위의 약들을 썰어 한 첩으로 하여 물에 달여 먹는다(하간). ◎ 황기는 표(表)의 기를 튼튼하게 하고, 당귀, 생지황, 숙지황은 음혈(陰血)을 보하고, 황금, 황련, 황백은 속의 화(火)를 제거하기 때문에 효과가 있는 것이다(<단계심법부여>).

§. 어린아이의 도한 (p.799)

어떤 어린아이가 갓난아기 때부터 소년 때까지 7년 동안 도한을 흘려 여러 가지 약을 썼으나 효과가 없었는데, 양격산과 삼황원을 3일 동안 쓰자 나았다. 대개 신은 오액(五液)을 주관하여 오습(五濕)으로 변화시키는데, 상화(相火)가 신(腎)을 핍박하면 신수(腎水)는 위로 올라가 심(心)이 허한 틈을 타서 수소음경으로 들어간다. 그러면 심화(心火)가 타올라 폐로 들어간다. 이것은 자기를 이기지 못하는 것을 업신여긴 것이다. 피모(皮毛)는 이 때문에 열리고 땀구멍이 닫히지 않으므로 땀을 흘리게 된다. 먼저 양격산을 써서 가슴속의 상화를 덜고, 다음으로 삼황환을 써서 심화를 덜어 음분(陰分)을 도우면 신수가 제자리로 돌아가 땀이 저절로 멎는다(해장).

(2교시)

아트앤스터디 www.artnstudy.com

§. 머리에서 땀이 나는 것 (p.801)

머리는 모든 양경(陽經)이 모이는 곳이다. 그러므로 사기가 모든 양경에 침입하여 진액이 위로 모이게 되면 머리에서 땀이 난다(<상한명리론>). ◎ 머리는 삼양경(三陽經)이 모이는 곳이다. 삼음맥은 가슴에 다다랐다가 돌아간다. 머리에서 땀이 나는 것은 양이 허하기 때문이다. 그러므로 "땀이 나는 것은 양이 미약하기 때문에 나는 것이지 음증으로는 땀이 나지 않는다"라고 한 것이다(<보제본사방>). ◎ 머리에서 땀이 나고 목까지 돌아가며 땀이 나는 것은 혈증(血症)인데, 이마에서 땀이 더 많이이 난다. 머리는 육양경(六陽經)이 모이는 곳이므로, 열기가 훈증하여 땀이 나는 것이다. [땀이 나는] 부위를 나누어 말하자면 턱은 신(腎)에 속하고, 이마는 심(心)에 속한다. 삼초의 화(火)가 신수를 마르게 하면 [신의] 도랑에 남아 있던 나머지가 내몰려 위로 심의 부분[이마]으로 들어가 머리에서 땀이 나게 되는데, 이마에서 땀이 더 많이 난다(해장). ◎ 습가(濕家)는 머리와 이마에서 땀이 난다. ◎ 양명병으로 위(胃)가 실하여도 머리에서 땀이 난다. ◎ 수결흉(水結胸)에도 머리에서 땀이 난다.

§. 심한(心汗) (p.803)

심한은 다른 곳에서는 땀이 나지 않고 오직 심장 부위에서만 땀이 난다. 생각을 많이 하면 땀 역시 더 많이 나는데 이는 심에 병이 있는 것이다. 진애탕을 쓴다(<단계심법>). ◎ 생각을 지나치게 많이 하여 심장 부위에서만 땀이 나게 되면 진애탕을 쓴다. 또 다른 방법으로는 뽕나무의 두 번째 푸른 잎을 이슬을 머금은 채로 딴 다음 그늘에서 약한 불로 말린다. 이를 가루내어 두 돈씩 빈속에 미음에 타서 먹는다. 이것은 도한도 그치게 한다(<의학입문>). ◎ 심한과 액한은 어른의 경우에는 심혈(心血)이 지나치게 왕성하여 생긴다. 얼굴이 항상 붉은 것은 이 때문이다. 어린아이는 놀라서 생긴다. 어떤 사람이 심장 부위와 겨드랑이에서 도한이 나서 그치지 않았는데, 삼귀요자를 써서 심혈을 수렴시키니 곧 나았다(<세의득효방>). ◎ 심한에는 복령보심탕을 쓴다.

§. 손발에서 땀이 나는 것 (p.805)

손발에서 땀이 나는 것은 진액이 위(胃)로부터 몸의 겉에 이르기 때문에 손발에서 땀이 저절로 나는 것이다. 열이 위에서 모여 [진액을] 밀쳐나오는 것은 양명증이다. 대시호탕으로 설사시킨다(<의학입문>). ◎ 손발에서 땀이 나서 황금, 황련, 황백과 보하는 약을 같이 썼으나 모두 효과가 없었다. 그 뒤에 팔물탕에 반하와 복령을 더하여 군약으로 하고, 백부자와 천오를 좌약과 사약으로 하여 복용시켰더니 땀이 곧 멎었다(<의학강목>). ◎ 발에서 땀이 나는 것을 치료하는 방법은 백반과 건갈 각 다섯 돈을 가루내어 물 세 사발을 넣고 10여 번 끓어오르게 달여 [그 물로] 날마다 발을 씻고 싸매는데, 사흘에서 닷새 동안 하면 저절로 그친다(<보제본사방>). ◎ 모반단은 양쪽 겨드랑이에서 땀이 나는 것과 양쪽 발바닥에서 땀이 나서 오랫동안 낫지 않는 데 쓴다.

§. 음한(陰汗) (p.807)

음한은 신이 허하고 양기가 쇠하기 때문에 난다. 국방안신환을 쓴다. ◎ 음한이 그치지 않으면 소안신원을 쓴다. 오래 묵어서 마른 된장을 끓여 소금을 약간 넣고 그것으로 대산원을 먹는 것도 좋다. ◎ 다른 방법은 사상자(술에 담갔다가 볶은 것), 백반, 묵은 된장을 달인 물로 땀나는 곳을 씻는다(<세의득효방>). ◎ 음낭에 땀이 나는 것을 치료하는 데는 밀타승을 아주 곱게 가루낸 것과 합분을 섞어서 땀나는 곳에 두드려 바른다(<단계심법부여>). ◎ 음한에는 노감석 두 돈 반, 방분, 황련, 오배자 각 한 돈 두 푼 반을 가루내어 쓰는데, 먼저 노봉방과 대복피 달인 물로 씻은 뒤에 바른다(<인재직지>).

§. 누풍증 (p.813)

아트앤스터디 www.artnstudy.com

황제가 "병이 생겨 몸에 열이 나고 늘어지며 땀이 목욕한 것처럼 나고 바람을 싫어하고 소기(少氣)한 것은 무슨 병인가"라고 물었다. 기백이 "그 병의 이름은 주풍이다"라고 답하였다. 누풍이라고도 한다. 누풍의 증상은 땀을 많이 흘려 홑옷도 입지 못하고, 음식을 먹으면 땀이 나고 심하면 온몸에 땀이 나며 숨이 차고 옷은 늘 젖어 있고, 입이 마르고 목이 잘 타고 힘든 일을 하지 못한다(<내경>). 백출산이 주치한다.

* 백출산: 술을 마시고 풍(風)을 맞아 땀이 많이 나서 홑옷 하나도 입지 못하며, 음식을 먹으면 땀이 나서 물로 씻은 듯한 것을 치료한다. 오랫동안 치료하지 않으면 반드시 소갈증이 된다. 방풍 두 냥 반, 백출 한 냥 두 돈, 모려(불에 달군 것) 서 돈. 위의 약들을 가루내어 한 번에 두 돈씩 따뜻한 물로 먹는다(하간).

§. 망양증 (p.815)

땀이 많이 나서 그치지 않는 것을 망양증이라 하고, 또 땀이 나지 않는 것도 망양증이라고 한다. [이때] 가슴이 막힌 듯하며 [열이 몰려서] 답답하고 얼굴이 푸르고 피부가 떨리는 것은 치료하기 어렵다. 얼굴색이 누렇고 손발이 따뜻하면 치료할 수 있다(<의학입문>). ◎ 땀이 줄줄 흐르는 것이 그치지 않으면 진양(眞陽)이 모두 없어지게[亡] 되므로 망양이라고 부른다. 이때는 몸이 반드시 찬데, 흔비 한비증이 된다(<의학입문>).

◎ 지나치게 땀을 내면 양이 허해져 [피모가] 굳지 못하며 땀을 흘리면 진액을 잃어 오줌 누기가 어렵다. "팔다리는 모든 양의 근본이다"라고 하였고, "진액이 빠져나가면 뼈나 관절을 구부렸다 폈다 하는 것이 매끄럽지 않다"고 하였다. 그러므로 [망양증이 되면] 팔다리가 오그라들게 된다. 계지부지탕이 주치한다(<의학입문>). ◎ 땀을 많이 흘려 망양증이 되면 땀을 멈추는 방법을 써야 한다. ◎ 양이 허하여 망양증이 되었는데, 땀을 흘리지 않으면 도씨재조산을 쓴다.

§. 땀을 멈추는 방법 (p.817)

땀이 나서 그치지 않아 망양증이 될 우려가 있으면 온분이나 홍분을 [땀이 나는 곳에] 두드려 뿌려준다. 또는 독승산으로 배꼽을 메운다. ◎ 혹은 모려, 맥부, 마황근, 고본, 나미, 방풍, 백지 각 같은 양을 가루내어 온몸에 두드려 바른다(<의학입문>). ◎ 마황을 잘못 써서 환자가 망양증이 되어 땀이 나는 것이 그치지 않으면, 환자의 머리카락을 물에 담그고 외용으로 나미가루나 용골, 모려의 가루를 두드려 바른다(<의학입문>).

* 온분: 자한을 그치게 한다. 백출, 고본, 천궁, 백지 각 같은 양. 위의 약들을 가루내어 이 약 가루 한 냥에 좁쌀가루 한 냥을 넣고 잘 섞어 무명 천으로 싸서 몸에 두드려 바른다(<단계심법>).
* 홍분: 위와 같은 증상을 치료한다. 마황근, 모려분 각 한 냥, 적석지, 용골 각 다섯 돈. 위의 약들을 가루내어 잘 섞어 무명 천으로 싸서 몸에 두드려 바른다(<세의득효방>).
* 독승산: 자한과 도한을 치료한다. 오배자, 고백반 각 같은 양. 위의 약들을 가루낸 다음 침으로 잘 개어 배꼽에 채우고 비단으로 싸매면 곧 낫는다(<고금의감>). ◎ 또 다른 처방으로는 하수오를 가루내어 침으로 개어 배꼽에 붙이면 효과가 좋다(<단계심법>).

* 내경편 진액(津液)

§. 땀이 없는 것 (p.819)

땀은 혈(血)의 다른 이름이다. 그러므로 <영추>에서는 "피를 몹시 흘리면 땀이 나지 않고, 땀을 몹시 흘리면 혈이 없어지게 된다"고 하였다. ◎ 한여름에 목욕을 하거나 음식을 먹어도 땀이 나지

아트앤스터디 www.artnstudy.com

않으면 표가 실한 것이다. 표가 실하면 땀이 나지 않는다(단계). ◎ 삼양(三陽)이 실하고 삼음(三陰)이 허하면 땀이 나지 않고, 삼음이 실하고 삼양이 허하면 땀이 쉬지 않고 난다(<인재직지>). ◎ 진기(眞氣)가 이미 부족해지고 위(胃) 속의 화(火)가 성하면 땀이 쉬지 않고 난다. 위 속의 진기가 이미 모두 없어졌는데 음화(陰火)까지 쇠약해지면 땀이 나지 않고 오히려 건조해진다. 이는 음양이 모두 쇠약해진 것이다. 사시사철 늘 땀이 나지 않으면 오래 살지 못한다(동원). ◎ 상한병의 음증에서는 모두 땀이 나지 않는다. ◎ 양기가 넘쳐 남으면 몸에 열이 나고 땀이 나지 않는다. 음기가 넘쳐 남으면 땀을 많이 흘리고 몸은 차다. 음양이 모두 넘쳐 남으면 땀이 나지 않고 몸이 차다(<내경>).

§. 절한 (p.821)

절한(絶汗)이란 구슬 같은 땀이 나는데 흐르지는 않고 다시 곧바로 마르는 것을 말한다(<내경주>). ◎ 육양(六陽)의 기운이 모두 끊어지면 절한이 나오는데, 아침에 나오면 저녁에 죽고, 저녁에 나오면 다음날 아침에 죽을 것이다(<영추>).

§. 유한 (p.823)

장기의 <상한잡병론>에서는 "유한(柔汗)이 나는데 색이 누런 것은 비기(脾氣)가 끊어진 것이다" 라고 하였다. 주석에서 "유(柔)는 음(陰)이니 유한은 곧 차가운 땀이다. 또한 유한(油汗)이라고도 하는데, 이는 끈적끈적한 땀이라" 라고 하였다.

§. 금기 (p.827)

겨울에는 천지의 기운이 닫히고 혈기(血氣)도 갈무리된다. 그러므로 비록 병이 들어도 땀을 많이 내는 것은 좋지 않다(<활인서>). ◎ 자한에는 생강을 꼭 피하여야 하는데, 이는 생강이 주리를 열어두기 때문이다(<단계심법>). ◎ 자한에는 몹시 맵고 아린 맛과 다섯 가지 매운 양념을 먹지 말아야 한다.

cf. 오신채

- 불가: 마늘, 달래, 무릇, 김장파, 세파
- 도가: 부추, 자총이, 마늘, 평지, 무릇
- 음욕, 분노가 유발된다고 하여 금하고 있음

(3교시)

§. 눈물 (p.831)

<난경>에서는 "신은 약을 주관하는데 [액이] 간에 들어가면 눈물이 된다" 고 하였다. ◎ 황제가 "사람이 슬퍼하여 눈물과 콧물이 나는 것은 어떤 기가 그렇게 하는 것인가" 라고 물었다. 기백이 "심(心)은 오장육부를 주관하고, 눈은 종맥이 모인 곳이고 액이 올라가는 길이며, 입과 코는 기가 드나드는 곳이다. 그러므로 슬퍼하거나 근심하면 심이 움직이고 심이 움직이면 오장육부가 모두 흔들리고 [오장육부가] 흔들리면 종맥이 감응하고 종맥이 감응하면 약이 흐르는 길이 열리고 액이 흐르는 길이 열리면 눈물과 콧물이 나온다. 액이라는 것은 정(精)을 대주어서 공규를 축여주는 것이다. 그러므로 액이 올라가는 길이 열리면 눈물을 흘리며 울고, 정이 공급되지 않으면 눈이 보이지 않게 되는데 [이것을] 탈정(奪情)이라고 부른다(<영추>).

◎ 오장육부의 진액이 모두 위로 올라가 눈으로 스며드는데, 심의 기와 슬퍼하는 기운이 다투면 심

아트앤스터디 www.artnstudy.com

계(心系)가 당기고, 심계가 당기면 폐가 들리고, 폐가 들리면 액이 위로 올라 넘치게 된다. 심계와 폐는 늘 들려 있지 못하고 올라갔다 내려갔다 한다. 그러므로 기침을 하면 눈물이 나오는 것이다(<영추>). ◎ 노인은 담즙이 적어서 울어도 눈물이 나오지 않고 오히려 웃을 때 눈물이 나오는데, [이것은] 화(火)가 성하고 수(水)가 모자라기 때문이다. 그러므로 담에 열이 있어도 또한 눈물을 흘린다(<의학입문>).

§. 콧물 (p.833)

<내경>에서는 "눈물과 콧물은 뇌인데, 뇌는 음에 속하며 뇌가 스며나와 콧물이 된다"고 하였다. ◎ <난경>에서는 "신은 액을 주관하는데 [액이] 폐에 들어가면 콧물이 된다"고 하였다. 콧물은 폐의 액이다. ◎ 담의 열이 뇌로 옮겨가면 콧대가 시큰거리고 비연(鼻淵)이 생긴다. 비연은 탁한 콧물이 흘러내려 멎지 않는 것이다. ◎ 폐에 열이 있으면 고름같이 탁하고 누런 콧물이 나오는데 크기가 탄환만 하다. [이것은] 코 밖으로 나오는데, 만일 나오지 않으면 폐가 상하게 되고 폐가 상하면 죽는다. ◎ 바람에 상하면 갑자기 맑은 콧물이 나온다(<의학강목>). ◎ 탁한 콧물이 나오는 것은 풍열(風熱)로 인한 것이고, 맑은 콧물이 나오는 것은 폐가 냉(冷)하기 때문이다(<만병회춘>).

§. 연(군침) (p.835)

입아귀로 침이 흘러나와 그치지 않는 것을 연(涎)이라고 한다(<인재직지). ◎ 연은 비(脾)의 액이다. 비에 열이 있으면 연이 나온다(<내경주>). ◎ 황제가 "연이 나오는 것은 어떤 기가 그렇게 하는가"라고 물었다. 기백이 "음식은 위로 들어가는데 위에 열이 있으면 충(蟲)이 움직이고, 충이 움직이면 위가 늘어지고 위가 늘어지면 염천이 열리므로 연이 나온다"고 하였다(<영추>). ◎ 어떤 사람이 입에서 연을 계속 흘리고 잘 웃고 말을 제대로 하지 못하고 맥은 홍대(洪大)하여 황금, 황련, 치자, 황백, 창출, 백출, 반하, 죽력, 생강즙을 먹이니 닷새 만에 연이 멎고 웃음이 그쳤다(<의학강목>).

◎ 입아귀로 연이 그치지 않고 흘러나오고 입과 눈이 한쪽으로 비뚤어졌을 때는 통천유풍탕 달인물로 청심도담환 쉰 알을 먹으면 낫는다(<의학강목>). ◎ 늘 맑은 물을 토하고 냉연이 솟아오르는 것은 비(脾)에 열이 있기 때문이다. 이진탕에 백출, 백작약, 승마(흙과 같이 볶은 것), 황금, 황련, 치자, 신곡, 맥아, 건강, 생강을 더 넣고, 알약으로 만들거나 달여서 먹는다(<의학입문>).

§. 타(느침) (p.837)

타(唾)는 신(腎)의 액이다. <내경>에서 "[액이] 신(腎)에 들어가 티가 된다"고 하였다. "타는 이에서 생긴다." ◎ 신이 차면 타가 많이 나오고, 신에 열이 있으면 타가 나오지 않는다. ◎ 입안에 고인 물[침]을 화지(華地)라고 하고, 옥천(玉泉)이라고도 한다. <황정경>에서 "옥천의 맑은 물이 영근(靈根)을 축여주니 이를 살펴서 잘 다스리면 오래 살 수 있다"고 하였고, [양구자의 주에서] "영근은 혀다"라고 하였다(<활인심>).

◎ 중병이 나은 뒤에 타를 자주 뱉는 것은 위(胃)에 찬 기운이 있는 것으로, 이중환으로 데워준다(중경). ◎ 중병이 곧 나은 뒤에 자주 타를 뱉거나 흰 거품이 있는 타를 뱉는 것은 위(胃)의 입구 위에 찬 기운이 머물러 있는 것으로, 이중환에 익지인을 더하여서 쓴다(동원). ◎ 충증(蟲證)이 있을 때는 연과 타를 많이 흘린다.

§. 진(津)을 다시 거두어들이는 법 (p.839)

진인은 "항상 침을 뱉지 않도록 습관을 들여야 한다"고 하였다. 입 안의 진액[침]은 아주 귀한 액이기 때문에 종일토록 침을 뱉지 않고 머금고 있다가 삼키면 정기(精氣)가 항상 머무르게 되고

아트앤스터디 www.artnstudy.com

얼굴과 눈에 광채가 있게 된다. 사람의 몸은 진액을 근본으로 하는데, [진액은] 피부에서는 땀이 되고, 육(肉)에서는 혈(血)이 되고, 신(腎)에서는 정(精)이 되고, 입에서는 진(津)이 되고, 비(脾)에 잠복하여서는 담(痰)이 되고, 눈에서는 눈물이 된다. 땀, 혈(血), 눈물, 정(精)이라는 것은 모두 한번 나오면 다시 거두어들일 수 없으나, 오직 침만은 다시 거두어들일 수 있다. 다시 거두어들인다는 것은 삶을 살린다는 것이며, 또한 [생명을] 잇는다는 것이다. 어떤 사람이 자주 침을 뱉어 진액이 말라 몸이 마르게 되었는데, 지인(至人)을 만나 진(津)을 다시 거두어들이는 방법을 배웠다. 이를 오랫동안 계속하였더니 몸이 다시 윤택해졌다(<삼원참찬연수서>).

§. 두루 치료하는 약 (p.841)

자한, 도한 등 모든 땀나는 증에는 황기탕, 모려산, 보중익기탕, 쌍화탕을 두루 쓴다.

§. 단방 (pp.842-849)

모두 스물다섯 가지이다.

* 석고: 석고는 해기(解肌)하여 나쁜 기운을 땀을 통하여 내보낸다. 곱게 갈아서 물에 달여 먹는다(<본초>).
* 갈근(칡뿌리): 갈근은 해기하고 발표(發表)시켜 땀을 내주며, 주리를 열어준다. 물에 달여 먹는다(<본초>).
* 마황: 마디를 제거한 마황은 발표시켜 땀을 내준다. 마황의 뿌리와 마디는 표를 실(實)하게 하여 땀을 그치게 한다. 물에 달여 먹는다(<본초>).
* 생강과 건강: 생강과 건강은 모두 발표시키고, 주리를 열어주어서 땀을 내게 한다. 물에 달여 먹는다(<본초>).
* 부평(개구리밥): 부평은 땀을 나게하는 데 가장 빠른 약이다.
* 형개: 형개는 발표시켜 땀을 나게 한다. 물에 달여 먹는다(<본초>).
* 박하: 박하는 땀을 나게 하여 독을 내보내며, 피로를 풀고 머리와 눈을 맑게 한다. 물에 달여 먹는다(<본초>).
* 총백: 총백은 잔뿌리가 달린 채로 쓰는데, 표를 풀고 땀을 나게 하여 풍사(風邪)를 흩어지게 한다. 물에 달여 먹는다(<본초>).
* 자소엽: 자소엽은 표에 있는 사기를 흩어지게 하고 땀을 나게 한다(<본초>). ◎ 오랫동안 땀이 나지 않을 때 청피와 함께 달여 먹으면 곧 땀이 난다(단계).
* 인동등(겨우살이 덩굴): 인동등은 오래 묵은 적(積)과 뭉친 기를 흩뜨리고 땀을 나게 하는데, 달여 마시는 것이 좋다(단계).
* 세신(족두리풀 뿌리): 세신은 풍을 흩뜨리고 땀을 나게 하는데, 물에 달여 마신다. 가루내어 먹으면 안 되는데, 이는 기를 막히게 하기 때문이다(<본초>).
* 행인: 행인은 해기시키며 땀을 나게 한다. 물에 달여 먹는다(<본초>).
* 두시(메주): 두시는 땀을 나게 한다. ◎ 오래된 도한에 두시 한 되를 약간 볶아서 술 석 되에 사흘간 담가두었다가 차게 하여서 먹거나 데워서 먹는데, 낫지 않으면 다시 만들어 먹는다(<본초>).
* 백출: 백출은 땀을 멎게 한다. ◎ 도한 치료에 효과가 매우 좋다. 백출을 양에 관계 없이 작은 덩어리로 썰어 부맥 한 되, 물 한 말과 함께 마를 때까지 졸인다. 약을 꺼내어 조각내서 약한 불에 말리는데, 부맥은 버리고 백출만 곱게 가루낸다. 한 번에 두 돈씩 따로 달인 부맥탕으로 먹는다(<세의득효방>).
* 계지: 계지는 땀을 멎게 하는데, 표가 허하여 자한이 나는 데 쓴다. 가을과 겨울에는 계지를 달여 먹는다(동원).
* 산조인: 산조인은 땀을 멎게 하고 잠잘 때 땀이 나는 것을 치료한다. 산조인(볶은 것), 인삼, 백복령을 곱게 가루내어 한 번에 두 돈씩 미음에 타서 먹는다(<세의득효방>).
* 상엽(뽕나무 잎): 도한을 제일 잘 멎게 한다. 두 번째로 난 뽕나무의 푸른 잎을 이슬 맞힌 채 따

아트앤스터디 www.artnstudy.com

서 그늘에서 말린 후 약한 불로 말려 가루내어 미음에 타서 먹는다(<의학입문>).
* 모려분(굴 껍데기를 가루낸 것): 모려분은 땀을 멎게 한다. 두충과 함께 먹으면 도한을 그치게 한다. 또한 마황근과 함께 가루내어 몸에 발라도 도한을 그치게 한다(<본초>).
* 부소맥(밀 쭉정이): 부소맥은 표를 실하게 하고, 자한을 멎게 한다(<본초>). 물에 달여 음료수처럼 만들어 늘 마신다. ◎ 자한은 밀가루 음식을 많이 먹으면 낫는다(<세의득효방>).
* 방풍: 방풍은 땀을 멎게 하고, 도한도 멎게 한다. 물에 달여 먹는데 잎이 더 좋다(<본초>).
* 황기: 황기는 표가 허한 것을 실하게 하여 자한을 멎게 한다. 꿀물에 축여 볶은 황기에 구감초를 약간 넣고 물에 달여 늘 먹는다. ◎ 자한에 봄과 여름에는 황기를 쓴다(동원).
* 마황근(마황의 뿌리): 마황근은 자한과 도한을 멎게 한다. 물에 달여 먹는다. 또는 모려분과 섞어서 몸에 발라도 땀이 멎는다(<본초>).
* 초목(조피 씨): 초목은 도한을 멎게 하는 데 가장 효과가 좋다. 약간 볶아서 아주 곱게 가루낸다. 반 돈씩 돼지 윗입술 달인 물 한 홉에 타서 잠자기 전에 먹으면 모두 효과가 있다(<본초>).
* 오매: 오매는 침을 잘 뱉는 것을 멎게 하는데, 차로 만들어 먹는다(<본초>).
* 백복령: 자한과 도한을 멎게 한다. 가루내어 오매와 묵은 쑥 달인 물로 두 돈씩 먹는다(<세의득효방>).

* 내경편 담음(痰飮)

§. 담에 대한 왕은군의 이론 (p.859)

담증에 대한 것은 예나 지금이나 모두 자세하지 못하다. 의서에는 비록 현음, 유음, 지음, 담음 등 여러 가지 음(飮)이 있지만, 그 병의 원인을 알지 못한다. [담으로 병이 되면] 두풍증이 있고 어지럼증이 생기고 눈앞이 아찔하고 이명(耳鳴)이 있거나, 입과 눈이 떨리고 눈썹 사이와 귓바퀴가 가렵기도 하다. 혹은 팔다리에 유풍증이 생겨 뜬뜬하게 부어서 아픈 것 같기도 하고, 아프지 않은 것 같기도 하다. 혹은 이와 뺨이 가렵고 아프며 잇몸이 붓기도 하는데, 아픈 것이나 가려운 것이 한결같지 않다. 또 트림이 나거나 신물이 올라오며 명치 밑이 쓰리고 구역과 딸꾹질이 나기도 한다. 또 목구멍이 시원하지 않아 뱉어도 나오지 않고 삼켜도 넘어가지 않는데, 가래의 색은 그을음 같고 생김새는 헌숨이나 복숭아나 무 진이나 가막조개의 살 같다. 혹은 명치 밑에 얼음이 머물러 있는 것 같고, 심첨부가 때때로 싸늘하면서 아프기도 한다. 꿈에 괴상한 귀신들이 나타나기도 한다. 혹은 발목이 시큰거리고 약해지며 허리와 등이 갑자기 아프기도 한다. 혹은 팔다리 마디들이 여기저기 화끈거리면서 아프기도 한다. 심지어는 손이 뻣뻣하고 팔죽지가 아픈 것이 마치 접질린 것 같기도 하다. 혹은 등줄기 가운데가 손바닥 크기만큼 얼음같이 차면서 아프다. 혹은 온몸이 스멀스멀하면서 벌레가 기어다니는 것 같다. 혹은 눈두덩이 뻑뻑하고 가려우며 입과 혀가 허는데, 심하면 후폐증이 생기기도 한다. 또한 뒷목 주위에 멍울이 생긴 것이 나력 같기도 하고 아닌 것 같기도 하다. 가슴과 배 사이에 두 가지 기운이 서로 꼬이는 것 같기도 하고 목이 메어 안타깝고 답답하기도 하며, 연기가 위로 치받는 것처럼 머리와 얼굴이 화끈화끈 달아오르는 것 같기도 하다. 정신을 잃거나 전광증이 생기거나, 중풍이 되어 팔다리를 쓰지 못하거나, 노채 같이 오래 앓는 병이 되거나, 혹은 풍비나 각기병이 되거나, 혹은 누가 잡으러올 것같이 무서워서 명치 밑이 들먹거리고 놀란 것처럼 가슴이 두근거리거나, 혹은 숨이 차면서 기침이 나고 토하거나, 군침과 푸르스름한 물과 검은 즙 같은 것을 뱉기도 하는데, 심해지면 폐옹이 되고 장독이 되고 대변에 피고름이 섞여나오기도 하고 힘줄이 땅기어 다리를 절기도 한다.

§. 음병(飮病)에는 여덟 가지가 있다 (p.863)

음병에는 유음, 벽음, 담음, 일음, 유음, 현음, 지음, 복음 따위가 있는데, 모두 술을 마신 다음 찬 기운의 침범을 받았거나 물[水]을 너무 많이 마셔서 생긴 것이다(중경).

아트앤스터디 www.artnstudy.com

§. 담병에는 열 가지가 있다 (p.879)

담병에는 풍담, 한담, 습답, 열담, 울담, 기담, 식담, 주담, 경담이 있다. 담의 근원은 한 가지가 아니어서 열로 인하여 생기는 것, 기로 인하여 생기는 것, 풍으로 인하여 생기는 것, 놀라서 생기는 것, 마셔서 생기는 것, 먹어서 생기는 것, 더위로 인하여 생기는 것, 냉(冷)에 상하여 생기는 것, 비허(脾虛)로 인하여 생기는 것, 술로 인하여 생기는 것, 신허(腎虛)로 인하여 생기는 것이 있다(<단계심법부여>).

cf. 매핵기(梅核氣)
- 담기가 뭉쳐서 목구멍을 막아 뱉어도 나오지 않고 삼켜도 넘어가지 않는 것을 치료함

§. 담음으로 생기는 여러 가지 병 (p.915)

담으로 병이 된 지 얼마 되지 않아 가벼운 때는 가래가 맑고 묽으며, 냄새나 맛도 별로 없다. 오래되어 중해지면 가래가 누렇고 흐리며 걸쭉하게 뭉쳐져 뱉어도 잘 나오지 않고 점차 나쁜 맛이 나는데, 신맛, 매운맛, 비린내, 노린내, 짠맛, 쓴맛이 나고 심하면 피도 섞여나온다. 담증이 처음 생길 때는 두통과 발열이 있어 외감표증(外感表證)과 비슷하지만 오래되면 기침이 몰려오고 밤에 더 심하여 내상음화(內傷陰火) 증상과 비슷하다. 다만, 담증은 가슴이 그득하여 먹는 게 줄어도 피부색은 여전하며, 맥은 활하면서 고르지 않고 부위가 일정하지 않음이 [다른 병과] 다르다(<의학입문>).

◎ 사람이 손과 팔을 잘 움직이지 못하거나 뼈마디와 온몸이 아파서 앉으나 누우나 편안하지 않은 것은 담이 뼈에 들어갔기 때문이다. 또 눈자위가 검어지고 걸어다니면서 신음 소리를 내며 거동이 몹시 힘든 것도 담이 뼈에 들어갔기 때문인데, 그 증상은 온몸의 뼈마디가 아픈 것이다. ◎ 눈 주위가 검고 얼굴이 흙빛이며 사지에 힘이 없어 늘어지면서 저리고, 몸을 구부렸다 폈다 하는 것이 불편한 것은 풍습담이다. ◎ 눈 주위가 검고 숨이 몹시 찬 것은 경풍담이다. ◎ 눈 주위가 검으면서 뺨이 붉거나 혹은 얼굴이 누런 빛깔이면 열담이라(단심). ◎ 담을 뱉어도 나오지 않는 것은 담이 맺혔기 때문이다. 또한 "옆구리 아래가 아프고 추웠다 열이 났다 하고 가래와 기침으로 숨이 찬 것 역시 담이 맺힌 것이다"라고 하였다(<만병회춘>).

§. 담병으로는 갑자기 죽지 않는다 (p.937)

병을 오랫동안 앓기만 하고 갑자기 죽지 않는 것은 대부분 식적(食積)과 담음이 원인이기 때문이다. 그 이유는 무엇인가. 위기(胃氣)는 담적에 힘입어서도 영양을 받기 때문에 비록 음식을 적게 먹어도 위기가 갑작스럽게 허해지지는 않기 때문이다(<단계심법부여>).

§. 담음에 토하는 법 (p.941)

담이 횡경막 상부에 있으면 반드시 토하는 법을 써야 한다. 설사를 시켜서는 제거할 수 없다. ◎ 맥이 부한 환자는 토하게 하여야 한다. ◎ 담이 아교풀같이 굳고 걸쭉하고 탁한 환자는 토법을 써야 한다. ◎ 담이 경락에 있으면 토하게 하지 않으면 안된다. 토법에는 발산(發散)한다는 뜻도 있어서, 오직 담을 내보내는 데만 뜻이 있는 것이 아니다. ◎ 토하게 하는 약을 쓸 때는 기를 끌어올려 토하게 하여야 한다. 방풍, 치자, 천궁, 길경, 아다, 생강, 구즙 같은 것이나 이진탕으로 토하게 하고, 또는 과체산을 쓰기도 한다(<단계심법>).

* 내경편 담음(痰飮): 단방

아트앤스터디 www.artnstudy.com

§. 담음 치료에 두루 쓰는 약 (p.949)

이진탕, 복령반하탕, 궁하탕, 견음지실환, 천금지미환, 적담환, 소위단을 두루 쓴다. 담음의 냉증에는 오음탕, 파담소음원을 쓴다. 습열로 인한 담음에는 곤담환, 목향화중환을 쓴다. 식적 담음에는 청기화담환을 쓴다. 허약한 사람이나 노인의 담음에는 죽력지출환, 하천고를 쓴다.

* 이진탕: 담음으로 생긴 여러 질환을 두루 치료하는데, 구토를 하고 속이 메스껍거나 머리가 어지럽고 가슴이 두근거리거나 으슬으슬 춥다가 열이 나거나 여기저기 왔다갔다하면서 아픈 것을 치료한다.
반하(법제한 것) 두 돈, 귤피, 적복령 각 한 돈, 감초(구운 것) 다섯 푼.
위의 약들을 썰어 한 첩으로 하여, 생강 세 쪽을 넣고 물여 달여 먹는다(<의학정전>). ◎ 방광은 "반하는 담을 뚫고 습을 말리며, 귤홍은 담을 삭이고 기를 잘 흐르게 하며, 복령ㅇ,s 기를 내리고 습을 잘 나가게 하며, 감초는 비를 보하고 속을 조화롭게 한다"고 하였다. 비를 보하면 습이 생기지 않고, 습을 말리거나 잘 나가게 하면 담이 생기지 않고, 기를 잘 흐르게 하고 내려가도록 하면 담이 삭아서 풀리게 되니, 이는 [약의] 근본과 쓰임[體用]을 모두 갖추어 [병의] 표와 본을 모두 치료하는 약이라고 할 수 있다. 약을 쓸 때는 증상에 따라 가감하여야 한다(<단계심법부여>).

§. 단방 (pp.962-971)

* 백반: 백반은 가슴속에 있는 담음을 토하게 하여 없앤다. 백반 한 냥에 물 두 되를 넣고 한 되가 되게 달인 다음 꿀 반 홉을 넣어 단번에 먹는다. 그러면 곧 토하게 되는데, 토하지 않으면 뜨거운 물을 약간 마시도록 한다(<본초>).
* 건강: 건강은 한담을 치료하고 담을 삭이고 기를 내린다. 알약으로 만들어 먹어도 좋고, 달여 먹어도 좋다(<본초>).
* 생강: 생강은 담을 없애고 기를 내린다. 또 냉담을 없애면서 위기(胃氣)를 조화롭게 한다(<본초>). ◎ 담벽을 치료할 때는 생강 너 돈, 부자(날것) 두 돈을 썰어서 물에 달여 먹는다(<본초>).
* 모과: 담을 삭이고 가래침을 멎게 한다(<본초>). ◎ 모과 달인 물은 담을 다스리고 비위를 좋게 한다. 모과를 문드러지게 푹 쪄서 살만 골라 찧어 체에 걸러 찌꺼기는 버린다. 여기에 졸인 꿀과 생강즙, 죽력을 적당히 넣고 저으면서 달인다. 하루에 서너 차례 큰 숟가락으로 하나씩 먹는다(속방).
* 합분(참조개의 껍데기를 가루낸 것): 담을 몰아내고 단단한 것을 연하게 한다. 조가비를 진흙으로 싸서 불에 달군 것이 해합분이다. 가루내어 먹어도 좋고 알약으로 먹어도 좋다(단심).

아트앤스터디 www.artnstudy.com