

보완대체의학의 5개 영역 소개 ①

전일(全一)의학체계

(Whole Medical Systems) 영역

| 김현 전주대학교 대체건강관리학부 교수 |

지난 호에서 미국의 국립보완대체의학센터(NCCAM: National Center for Complementary and Alternative Medicine)에서 발표하고 있는 자료들을 중심으로 보완대체의학(CAM)에 대한 국제적인 개념, 정의 그리고 영역들에 대한 개략적인 소개를 하였으나, 5개로 나뉘는 보완대체의학의 각각의 영역에 대한 자세한 안내와 검토가 필요하다는 요청이 있어서 이번 호부터 각 영역 별로 자세한 소개와 필요할 경우 보충 설명과 검토를 게재할 예정이오니 다양한 분야에서 활동하시는 분들에게 도움이 되었으면 합니다(저자 주).

먼저 NCCAM에서는 서양의학인 CM(conventional medicine)이라고 바로 인정할 수 없는 다양한 의학체계, 건강관리 체계, 시술법 그리고 치료제들 중에서, 아로마테라피처럼 CM과 함께 이용할 수 있는 것들은 보완의학(complementary medicine)에 넣고, 암의 치료에서 CM의 의사들이 추천하는 수술, 방사선요법, 화학요법 등이 아닌 특별한 식이요법처럼 CM에 대체하여 이용되는 것을 대체의학(alternative medicine)의 범주에 포함시키고 있으며, CAM은 보완의학과 대체의학을 포괄한다고 명확하게 정의하고 있고, 통합의학(integrative medicine)이란 안정성과 효과에 과학적인 근거가 확실한 CAM과 CM의 치료법을 합하여 이용하는 의학으로 정리하고 있음을 기억하며 CAM의 5개 영역 중에서 전일(全一)의학체계 영역에 대해서 소개합니다.

“전일(全一)의학체계(whole medical systems)”는 이전 원고에서 “종합의료체계”로 번역하였으나, 원문 내용과 의미를 최대한 살린다는 의미에서 이번 호부터 수정하여 사용하려 하오니, 양지하시기 바랍니다. 이런 취지 하에, 본문의 내용도 NCCAM에서 정리한 내용을 가능하면 그대로 전달하려고 노력하였으며, 다만 원문에 언급은 되었으나 설명이 부족한 부분은 되도록 객관적으로 보충하였습니다. 이런 소개가 되어야 보완대체의학에 대한 서양인들의 인식을 우리가 보다 정확하게 알 수 있을 것 같습니다.

1. NCCAM에서 정리하고 있는 내용

전일(全一)의학체계는 미국에서 이용되고 있는 CM의 접근 방법보다 더 오래 전부터 발전해 온 이론과 기술이 완전한 의학 체계를 가진 것이다. 서양 문화에서 발전된 전일(全一)의학체계의 종류는 동중요법과 자연요법이며, 서양 이외의 지역에서 발전된 예로는 중국전통의학과 आयुर्वेदा의학이다. 이외에도 미국 원주민, 아프리카 원주민, 중동, 티베트 그리고 중남미 인디언 문화에 의해 발전된 전통의학체계도 있다.

∴ 중국 전통의학(TCM: traditional chinese medicine)

중국의 전통의학은 역사적으로 기술된 시점으로 보면 BC 200년 전에부터 있어 내려온 질병 치유를 위한 완벽한 체계이다. 한국, 일본 그리고 베트남은 중국에서 기원한 치료법에 기초한 자신들만의 독자적인 전통의학을 발전시켜 오고 있다. TCM에 따르면, 우리 몸은 대립이지만 분리할 수 없는 두 개의 힘, 즉 음과 양의 미세한 조화를 유지하고 있다. 음은 차고 느리며, 수동적인 원리이며, 양은 뜨겁고 빠르며, 능동적인 원리이다. TCM의 주요 가설은 건강한 몸은 음과 양의 조화를 이룬 상태이지만, 질병은 음과 양이 내부에서 부조화를 이룰 때 발생한다고 한다. 이런 부조화는 경락이라고 알려진 길을 따라 흐르는 기(생체 에너지)와 혈액의 흐름이 막히는 데서 발생한다고 한다. TCM 기술자

는 이렇게 막힌 기와 혈액의 흐름을 뚫어 환자에게 조화와 편안함을 주기 위해 일반적으로 약초, 침술 그리고 마사지를 이용한다.

TCM에서 치료는 환자 개인별 진단을 통해 개인 각자 마다 미묘하게 다른 양상을 찾아내는데, 진단 기법은 CM의 방법과는 다르며, 다음과 같은 3가지 주요 치료 방법이 있다.

- ① 침술과 뜸(뜸은 침 끝에 뜸쭉을 붙인 다음 태워 환부에 그 열을 주는 치료방법)
- ② 중국 약물학(materia medica) : TCM의 천연물 목록
- ③ 마사지와 수기요법

TCM에서는 침술이나 혹은 중국 약물학에 목록화된 천연물들은 어떤 질병이든지 개별적으로 사용할 수 있게 되어 있지만, 가끔은 함께 이용될 때도 있으며, 드물게 마사지, 뜸, 식이요법, 운동 처방 등과 같은 다른 처방들과도 함께 이용되기도 한다.

TCM의 처방에 대한 과학적인 증거는 아래에 설명한다.

1) 침술

미국의 국립보건원(NIH: national institute of health)에서 개최된 침술의 발전을 위한 회의에서 발간한 1997년의 보고서를 보면, 침술은 매우 다양한 건강상태와 통증의 예방과 해소를 위해 수천 명의 침술사, 외과의사, 치과의사 그리고 다른 시술자들에 의해서 아주 광범위하게 이용되고 있다고 한다. 당시의 보고서에 의하면, 침술에 대한 과학적 증거란 오심(惡心)· 멀미 그리고 치통에 대한 상당한 임상적 가치를 가

진다는 의미였고, 통증장애, 중풍, 감각마비, 운동장애, 우울증, 불면증, 호흡마비 그리고 천식 등의 치료에는 잠재력이 있다는 제한적인 증거가 있다고 보고하고 있다.

침술의 효과에 대해 임상 전 연구들은 다양한 근거를 가지고 있지만, 서양의학의 틀 안에서 침술이 어떻게 작용하는지 완전하게 설명하지 못하고 있다.

침술은 몸의 정상 상태보다 큰 전자기적인 신호를 유도하고, 이는 엔돌핀(endorphin)과 같은 통증해소 물질을 활성화시키며 몸의 특정 부분 세포들의 면역 체계를 활성화하는 것으로 그 효과를 나타낸다고 가정할 수 있다. 또 다른 연구들은 침술은 신경전달물질과 신경호르몬의 분비를 변화시킴으로써 뇌의 화학적인 상태를 변화시키고, 면역반응, 혈압과 혈류 상태, 체온 조절과 같은 무의식적인 몸의 기능과 감정에 관련된 중추신경계의 부분들에 영향을 주는 것으로 나타났다.

2) 중국 약물학

중국 약물학은 중국 본 의학에서 이용되는 의약품질에 대한 정보들의 기준이 되는 책이다. 약용이나 식용 식물들에는 일반적으로 수많은 생화학물질이 포함되어 있다. 지리적인 위치, 수확시기, 수확 후 처리, 저장 방법 등과 같은 많은 요인들은 약용식물에 함유된 생화학물질의 함량에 중요한 영향을 끼친다. 많은 경우에, 이런 화합물들이 한 약용 식물의 의약적 용도에 기초가 되는지는 명확하지 않다. 게다가, 많은 약용식물들은 준비과정에 대한 표준화가 매우 어려운 TCM에서 처방으

로 부르는 탕제에 이용되며, 더 나아가 TCM의 약용식물에 대한 복잡한 연구들을 보면, 전통 처방에서 개별적인 약초의 양과 약초의 조합은 일반적으로 환자 개개인의 진단 결과에 따라 TCM 시술에서 조절이 된다.

과거 십수 년 동안, 개별 약초들과 전통 TCM의 처방에서 이용되는 탕제들의 약효와 효용성에 대한 연구에 노력을 경주해 왔으며, 다음과 이와 같은 노력의 결과이다:

- 개똥쑥(*Artemisia annua* L.) : 의사들은 이 약초로 열을 다스릴 수 있다는 사실을 밝혔는데, 1970년대에 과학자들은 개똥쑥으로부터 artemisinin이라는 화학물질을 추출했다. Artemisinin은 말라리아의 치료에 효과가 입증된 반 합성artemisinin을 합성하기 위한 시초물질로 널리 이용된다.
- 미역줄나무(*Tripterygium wilfordii* Hook F) : TCM에서 미역줄나무는 자가면역과 염증성 질병의 치료에 이용되어 왔다. 미국에서 미역줄나무에 대해 최초로 무작위적이며 플라시보 효과가 통제된 작은 실험에서 류머티즘성 관절염이 있는 환자는 심각한 투여량 의존성(dose-dependent)을 보인 한편, 넓게는 통제가 안 되는 실험에서 미역줄나무의 추출물이 신장, 심장, 조혈 그리고 생식 독성이 관찰되었다.

∴ **아유르베다의학(Ayurvedic Medicine)**

문자상 “생명의 과학”을 의미하는 아유르베다는 인도에서 발전된 자연치료체계이다. 아유르베다를 설명하는 책자들을 보면, 인도에서 원

래의 명상 체계를 개발한 현자들과 요가파들이 아유르베다가 가지고 있는 의학적 체계의 토대를 만들었다고 한다. 아유르베다는 몸, 마음, 영혼을 똑같이 강조하고 개개인이 가지고 있었던 선천적인 조화를 회복하는 데 있어서 아주 포괄적인 의학 체계이며, 기본적인 치료법에는 식이요법, 운동처방, 명상, 약초요법, 마사지, 태양광요법 그리고 호흡법 등이 포함된다. 아유르베다 치료법은 당뇨병, 심장병, 신경 장애 등과 같은 다양한 질병을 위해 발전되어 왔다. 그러나 인도의 의학 문헌을 조사해 보면, 발표된 임상 실험 결과들은 무작위 추출, 표본 크기 그리고 적절한 대조구 등이 미비한 방법론적 기준을 적용하기 때문에 일반적으로 질이 떨어진다.

∴ 자연요법(Naturopathy)

자연요법은 유럽에서 기원하였으며, 몸 그 자체가 스스로 치유를 하는 과정에 있어서 변화의 표식이 질병이라는 개념을 가지는 치유 체계이며, 이는 치료법은 물론이고 건강 회복을 강조한다. 자연요법이라는 의미는 문자 그대로 “자연의 질병”이라는 뜻이다. 오늘날 자연요법 혹은 자연요법 의학은 유럽, 오스트레일리아, 뉴질랜드, 캐나다 그리고 미국 등지에서 활용되고 있다. 미국에서 자연요법 시술에 있어서 기준을 형성하고 있는 6가지 원리는 다음과 같다(아래 원리 모두가 자연요법에 유일한 것이 아님).

- ① 자연의 치유력
- ② 질병 원인에 대한 확인과 치료
- ③ 먼저 해로움을 제거한다(first do no harm)는 개념
- ④ 교사로서의 의사

⑤ 전인(全人)의 치료법

⑥ 예방

이러한 원리들을 지지하는 핵심적인 처방들에는 식이조절(diet modification), 영양 보충제, 약초의학, 침술과 중의학, 수치요법, 마사지와 관절교정, 생활양식 상담 등이 포함된다. 치료 기준은 시술자가 개개 환자를 위한 가장 적절한 요법들이라고 생각하는 것을 조합한다는 것이다.

이 글이 쓰여진 현재까지, 의학의 완전한 체계로써 자연요법에 대한 연구는 사실상 발표되지 않고 있다. 다만 자연요법적 치료들에 이용되는 식물들에 대한 제한적인 숫자의 연구들만 발표되었다. 예를 들면, 어린이 524명을 대상으로 하는 연구에서 에키나시아(echinacea)는 감기를 치료하는 데 효과가 있다는 증명을 하지 못하였다. 이에 반하여, 171명의 어린이들을 대상으로, 에키나시아, 프로폴리스(propolis: 벌집에서 채취한 수지성 물질), 그리고 비타민 C가 포함된 약초 추출 용액을 이용하여 이중맹검법으로 실험한 결과, 심한 중이염과 연관된 귀의 통증에 효과가 있다는 결론을 내렸다. Otikon Otic 용액(올리브기름에 마늘, 우단담배풀, Calendula flores, Hypericum perforatum의 추출물이 포함된 용액)으로 알려진 자연요법 추출액은 마취성 귀약으로 효과가 있으며, 통증이 심한 중이염을 다스리는 데 적절하다는 사실이 입증되었다. 또 다른 연구는 요로 감염에 대한 예방제로서 자연요법에서 이용되는 크랜베리에 대한 임상적인 유효성과 비용효과를 검토하는 실험인데, 정제와 주스, 그리고 약효에 대한 플라시보 효과에 초점을 맞추었다. 플라시보 효과와 비교하였던 것은, 크랜베리의 주스와

정제 모두 요로 감염의 횡수를 줄인 것으로 나타났고 정제는 비용효과 면에서 요로 감염에 대비한 가장 좋은 방법임이 증명되었다.

∴ 동종요법(Homeopathy)

동종요법은 의학적 이론과 실제 면에서 완벽한 체계이다. 창안자인 독일인 의사 사무엘 크리스천 하너먼(Samuel Christian Hahnemann, 1755-1843)은 치료약에 의해서 나타나는 증상이 질병을 가진 환자의 증상과 어떻게 일치시킬 수 있을까? 하는 생각에 근거하여 치료법을 선택하여야 한다고 가정하였다. 그는 이것을 “유사한 것의 원리”라고 하였다. 하너먼은 건강한 희망자들에게 다수의 일반적인 동일한 양의 치료약을 반복하여 처방하고 난 후 그들이 보이는 증상주의 깊게 기록하였다. 이런 과정을 ‘검증(proving)’ 혹은 현대 동종요법에서는 ‘인간 병원(病原) 실험’이라 한다. 이런 경험의 결과, 그는 아픈 환자의 증상에 약에 의해서 나타난 증상이 일치하는지를 파악하여 처방함으로써 아픈 환자를 위한 치료를 하였다. 그는 시작부터 감정과 정신상태 그리고 사소한 특이 체질의 성격까지 포함하여 사람의 건강 상태에 대한 모든 것을 주의 깊게 조사할 것을 강조하였다.

동종요법은 아주 미미한 혹은 거의 존재하지 않은 정도의 물질 양을 처방하기 때문에, 이 요법에 대해 과학계에서는 선형적 회의론을 가지고 있다. 그럼에도 불구하고, 의학 문헌들은 이 분야에서 진행 중인 연구의 증거들을 제공하고 있다. 동종요법의 효용성에 대한 연구들에는 다음과 같은 연구 영역이 포함되어 있다.

① 동종요법의 치료약과 플라시보 효과의 비교

- ② 특정 임상 조건들에 대한 동종요법의 효용성에 대한 연구
- ③ 동종요법의 약재에 대한 잠재성 특히, 극히 낮은 농도로 희석된 약성 용액에 대한 생물학적 효과에 대한 연구

동종요법 치료약의 효용성에 대하여 플라시보 효과와 비교한 임상 실험들에 대한 다섯 번의 체계적인 재검토와 메타 분석이 있었다. 재검토한 결과 동종요법에 대한 임상 연구들의 질이 전반적으로 낮다는 것이 밝혀졌었다. 그러나 좋은 질의 연구들로 분석을 할 경우, 놀랄만한 숫자가 긍정적인 결과를 보여주었다.

전반적으로 임상 실험에 대한 논란은 많으며, 체계적인 재검토와 메타 분석에서조차 동종요법이 의학적인 특정 조건에 결정적으로 증명된 치료법이어야 한다는 사실을 발견하지 못하였다.

∴ 요약

전일(全一)의학체계들은 질병을 예방하고 치료하는 데에 있어서 철학적인 접근도 다르기는 하지만, 많은 요소들을 공유하고 있다. 이 체계들은 사람의 몸은 그 자체에 치유력을 가지고 있다는 신념을 기로 하고 있다. 치유에는 흔히 마음, 몸 그리고 정신을 포함하는 통괄하는 복수의 기법들이 포함되어 있다. 치료법도 역시 흔히 개인 맞춤형이고 증상에 맞추어진 것이다. 오늘날, NCCAM의 연구 노력은 일반적으로 시술되는 전(全)의학체계를 평가하는 데 있지 않고 오히려 절적인 실험적 근본원리를 갖추고 있는 개별 요법들에 초점이 맞춰져 있다.

2. NCCAM에서 정리한 내용의 보충

∴ 아시아의 전일(全一)의학체계

1) 티베트의 장의학(藏醫學)

약 2,500년 이상의 유구한 역사를 가진 티베트의 전통의학인 장의학은 고산 한랭지대인 평균 해발 4,000m 이상의 티베트 고원지역에서 발원하였으며 이러한 자연환경적인 요인으로 외부와의 교류가 어려워 오랫동안 고유한 전통을 이어오고 왔다.

특히, 티베트족(장족)의 장례 관습인 천장(天葬)은 사람이 죽은 후에 칼로 시신을 해부하여 소리개(솔개; 매목 수리과의 조류)의 먹이로 주는 것으로서 이러한 풍속과 관련하여 인체구조에 깊은 이해를 가지고 있었다(그림1).

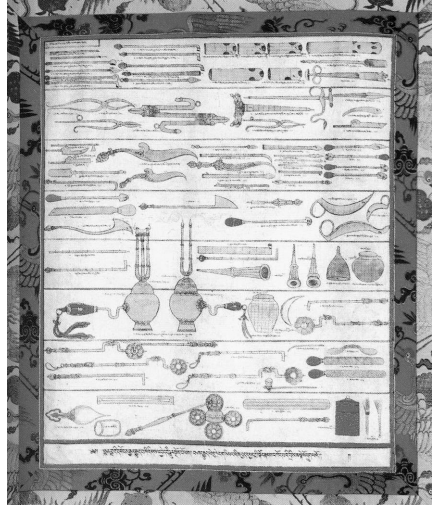


그림 1. 장의학에서 사용된 의료기계

장의학의 기본 체계는 삼인설(三因說)로 인체에 기본적으로 작용하는 3대 요소인 농(隆), 츠빠(赤巴), 폐이껌(培根)이 있고, 3대 요소가 7가지 기 물질[정미(精微), 혈액, 기육(肌肉), 지방, 골격, 골수, 정액]과 3가지 배설물[대변, 소변, 땀]의 변화를 지배한다는 것이다. 이 3대 요소들이 너무 과하거나 부족하게 되면 병이 발생하고, 상대적으로 조화와 균형을 이룰 때 건강 상태를 유지한다고 한다.

또한, 장의학의 진단법은 문진(問診), 요진(尿診), 맥진(脈診), 색진(色診), 시험진단법(試驗診斷法) 등이 있는데, 요진은 다른 전통의학체계에 비하여 요(尿)의 수집을 엄격하게 하는 등 매우 특징적이다.

∴ 몽고의 몽의학(蒙醫學)

몽의학(蒙醫學)은 유목문화를 바탕으로 발전하게 된 몽고족의 전통의학으로 몽고족들이 오랜 기간 동안 자연과 질병과의 투쟁에서 실천적인 경험과 발전과정에서 이웃 민족전통의학 즉, 인도의 आयुर्वेदा의학, 중국의 중의학, 티베트의 장의학 등의 이론과 경험을 흡수하여 발전하게 되었다.

몽의학은 13세기 이후 징기스칸이 몽골민족을 통일한 후에 더욱 발전하여 18세기에는 의학, 방제학, 약학에 관한 서적이 저술되었다.

몽의학의 기는 유물주의(唯物主義), 음양이론, 식양법, 외상에 대한 치료법, 진동치료, 열부요법(熱敷療法), 뜸요법, 자혈요법(刺血療法), 골상요법, 정골요법 등으로 이루어져 있다. 14세기에 이르기까지 모든 병을 차고 뜨거운 두 가지 성질로 분류하는 한열이분법이 사용되어 더운 성질의 병에는 찬 것으로 치료하고, 차가운 성질의 병은 뜨거운 것으로 치료하는 것으로 오늘날에도 그 뿌리가 남아 있다.

몽의학의 독특한 식양법은 음식 특히, 말 젖으로 만든 마유주, 여러 가지 유제품, 양고기, 과일 등으로 병을 치료하는 것이다.

몽의학의 진동치료는 매우 독특한 방법으로 오랜 유목생활을 통하여 생겨났으며, 진동에 의한 피해는 진동으로 고치며 먼저 진동을 가한 후 안정시킨다는 귀납적인 이론을 토대로 하고 유목민들이 말에서 떨어지면 뇌진탕이나 진동에 의한 내장이 손상되는데 이때 이용하는 방법이

진뇌술(振腦術)이나 진동치료이다.

몽의학의 진단법으로는 문진(問診), 시진(視診), 촉진(觸診)의 3진법을 중요시하였으며, 특정한 약을 먹여 그 효과에 따라 진단하는 약탐법(藥探法)을 포함하는 4진법으로 발전하였다.

∴ 위구르족의 유의학(維醫學)

위구르족은 중국에서 회홀(回紇)이라고 하는 회골(回鶻) 사람들로 위나라 때는 원홀, 수나라 때는 위홀, 당나라와 송나라 때는 회홀 또는 회골, 원나라와 명나라 때는 외올이라 불리웠으며, 오늘날 중앙아시아에 해당하는 중국의 서북지방에서 거주하고 진나라와 한나라 때에는 서역인(西域人)이라 하였다. 서역은 인류의 문화 및 역사에서 오랫동안 중요한 지위를 차지해 온 지역으로 많은 풍속, 예술, 의학의 발원지였으며, 동서양의 여러 고대 문명 교류에 많은 기여를 하였다.

위구르족은 오랜 역사 속에서 한족을 비롯하여 여러 민족들과 교류하고 상호 융합하는 과정을 통하여 위구르족의 민족전통의학인 유의학을 만들고 발전시켜 고유의 이론체계를 갖추었다.

2000년의 역사를 가지고 있는 위구르족의 유의학은 4대물질(火, 氣, 水, 土)과 4진액설(血津, 痰津, 膽津, 黑膽津)을 기본으로 사람과 환경사이의 상호관계를 해석하고 질병을 진단하고 치료하는 방법을 확립하였다.

유목생활을 하던 서역사람들은 나무열매와 날고기를 생것으로 먹어 위장에 병이 생기고 야외의 동굴에서 거주하였으므로 자연의 풍우한서(風雨寒暑)로 인한 질병이 많았다. 이러한 질병들을 극복하기 위하여 일부 식물, 소금, 온천, 짐승껍질 등을 이용하였고, 동물의 젖을 바르거나 더운 모래 속에서 모래찜질을 하여 추위 때문에 생기는 관절염 같

은 병에 활용하였다. 또한, 사혈요법을 통하여 사막에 흔한 열성두통을 없애기도 하였으며, 귀 뒤의 정맥을 짜서 피를 뽑아 말타는 사람들에게 잘 걸리는 기마성(騎馬性) 관절통을 치료하였다는 기록도 있고, 온 몸에 진흙과 마늘 즙을 바르거나 향기가 나는 풀로 해충을 막기도 하였다.

유의학의 진단법으로는 맥진(脈診), 망진(望診), 문진(問診), 냄새를 맡아 진단하는 방법들이 있다.

∴ 베트남의 동의학(東醫學)

베트남의 전통의학인 동의학(東醫學)은 19세기에 서양의학이 들어올 때까지 중앙아시아와 중국의 영향을 많이 받았다. 베트남의 동의학은 역사적으로 중국의 중의학과 이론이나 임상에서 깊은 유대관계를 맺어왔다.

15세기 초에 혜정이라는 승명을 가진 홍의는 약재 전문가로 본초(本草)에 관한 책을 저술하였는데 원본은 현존하지는 않지만 목판본인 홍의각성의서(洪義覺醒醫書)와 남약신효(南藥神效)에는 베트남 고유의 식물, 동물, 광물에 이르기까지 약 6,500여 종류와 각종 질병에 대한 약효도 기록되어 있다. 여기에서 언급된 치료법은 중국의 약재를 중심으로 한 것이 아니라 베트남 사람들의 체질에 잘 맞는 열대지방인 베트남의 식물, 동물, 광물 등을 이용한 것이다.

베트남은 중국과 기후 및 생활양식이 다르므로 전통의학에 있어서도 이론체계나 치료법이 다르며, 실제로 쓰이는 약재도 다르고, 중국의 기공술과 유사한 양생운동이 있다.

베트남의 동의학은 다른 전통의학과 마찬가지로 여러 가지 만성병 특히, 만성 류마티스성 관절염이나 기관지 천식에 효과가 크고, 침술

마취와 통증 경감에 이용되는 침구술, 지압술, 안마술, 여러 가지 기공술이 활용되고 있다.

베트남은 인도차이나 반도의 동쪽에 가늘고 긴 S자형으로 위치하고 있으므로 동의학도 지역적인 차이가 매우 크다. 하노이를 중심으로 한 북 지방과 호치민을 중심으로 한 남쪽 지방은 기후가 다르기 때문에 약재, 생활습관, 발병하는 질병도 다르며, 지리적 여건에 따라 남 지방은 인도와 교역이 활발하였기 때문에 아유르베다 의학의 영향을 많이 받았다. 또한, 호치민 등의 남쪽지방은 더운 지역으로 위장 장애가 많이 발생하는데, 이를 8가지 고유한 치료법, 즉 한법(汗法), 토법(吐法), 하법(下法), 화법(和法), 온법(溫法), 청법(淸法), 소법(消法), 보법(補法) 등을 이용한다.

베트남의 동의학은 안검내반(眼瞼內反) 같은 질병의 경우 수술을 하지 않고 대나무로 만든 크리프 같은 것으로 상안검(上眼瞼)을 압박하는 전통적인 치료방법을 이용하였으며 피부를 바늘로 찔러 그 부분에 흡각을 대어 방혈(放血)하는 사혈요법을 사용하였다.

동의학의 진단법으로 맥진(脈診), 망진(望診), 요진(尿診), 문진(問診) 등으로 중의학, 장의학, 몽의학 등과 비슷하다.

∴ 인도네시아의 자무(Jamu)

3,000여 개의 섬으로 이루어진 인도네시아는 남녀의 성비가 1:3.8로 종교적, 법적으로 일부다처제를 용인하는 나라로서 남성과 여성 모두 건강과 아름다움이 그 무엇보다 절실히 중요하였다.

자무(Jamu)는 영어로는 “herb”, 우리말로는 “약초”라는 의미로 인도네시아에서 자생하는 약초 즉, 전통 약용식물들의 총칭으로 수만 종



그림 2. 인도네시아의 자무

의 식물을 포함하고 있으며, 수천 년동안의 사용 경험을 통하여 건강과 미용을 동시에 고려하여 처방하는 방법들이 많이 전해지고 있다(그림 2).

남성의 경우는 많은 부인들과 물질적, 성적으로 원만한 생활을 영위하기 위하여 부지런함과 튼튼한 체력이 필요했고, 여성의 경우는 한 남자를 둘러싼 많은 부인들 속에서 사랑을 받고 아름다움을 유지하기 위하여 남다른 비결이 필요했다. 이런 사회적 배경 속에서 천 년 전부터 비밀리에 전해져 내려온 것이 바로 자무의 비방이었다. 자무는 인도네시아 여성들의 한 부분으로 일상생활에서 자무와 함께하는 인도네시아 여성들은 피부노화가 빠른 기후권속에서도 노화가 현저히 더디고 균형적인 체형미를 오랫동안 유지하고 있다.

자무는 인도네시아에서 자생하는 2,000여 종류 식물의 뿌리, 열매 등으로 만병통치약으로 사용되어 오고 있다. 특히, 인도네시아에서는 사람의 체질과 건강 상태에 맞게 섞어 음료를 만들며, 자무차, 화장품(피부미백, 피부세척), 마사지 재료, 신경통 크림, 정력제 등으로 많이 사용하고 있다.

∴ 태국의 센(Sen)

태국 전통의학에서는 인간이 생명활동을 영위하는 데 가장 중요한

요소로 기(氣)를 말한다. 즉, 기가 우리 몸을 돌아 살아갈 수 있도록 만들어 준다는 것이며 기가 돌아다니는 길을 센(sen)이라 한다. 센(sen)은 태국어로 길을 뜻하며 태국전통의학의 가장 기본이자 근원이다. 센을 타고 흐르는 기의 흐름이 정상적이지 않을 때 태국전통의학에서는 병이 발생하였다고 하며, 센을 타고 흐르는 기의 흐름은 인간이 처한 병의 상태에 따라 빨라질 수 있으며 늦어질 수도 있고 멈춰설 수도 있다고 한다. 태국전통의학에서는 질병이 생기면 센을 타고 흐르는 기의 흐름에 부조화가 생기게 되고, 이러한 병의 상태를 사람들은 통증으로 감지할 수 있다고 한다.

태국은 지리적으로 중국, 인도 등과 접경을 이루고 있어 예로부터 이들 나라들과 활발한 왕래가 있었으며 특히 종교, 문화, 의학 등은 절대적인 영향을 받았다. 태국전통의학의 창시자라고 알려져 있는, 지바카 쿠마르 바차는 인도에서 건 간 부처님의 친구이자 승려였다고 한다.

태국전통의학에 관련된 많은 기록들은 태국의 라마 3세 때에 미얀마의 침략으로 인해 문서창고가 불태워지면서 소실되고 일부 기록들을 돌판에 새겨 방콕의 왓포사원에 보존하여 현재까지 이어져 왔다(그림 3).

태국전통의학은 크게 병을 밝히는 이론의 과정과 병을 치료하는 치료의 과정으로 나누어지는데 이 중에서 병을 치료하는 과정은 대부분 인도의 아유르베다 의학의 영향을 많이 받았다. 태국전통의학의 가장 대표적이며 대중적인 치료방법인 타이 마사지도 인도 요가의 영향을 받았다. 치료의 효과를 뒷받침할 수 있는 이론은 중국의 중의학 영향을 많이 받았다. 중의학의 이론은 변증(辯症)이라 하여 병의 원인을 밝히는



그림 3. 태국의 왓포사원

것으로 이러한 변증에는 음양오행, 기, 혈, 진액, 장부학, 경락, 질병과 병인, 진법 등으로 구분되어진다. 이 중에서 경락이론은 태국전통의학에 절대적인 영향을 끼치게 되었고, 이 경락이론은 태국전통의학의 가장 기본이 되는 센(sen)을 만들어 냈다고 한다.

경락(經絡)은 12경락으로 인체의 장부와 연결되어 인간의 생명활동을 이루게 해주는 기(氣), 혈(血)의 운행통로로서 태국의 센과 유사하다. 센의 줄기는 10개로 이루어지므로 이를 십센(10 sen)이라고 한다.

중의학의 12경락과 태국전통의학의 10센은 약간의 차이는 있지만 매우 비슷한 기능과 인체 통로를 가지고 있다. 태국전통의학은 한의학의 12경락 중에서 무형인 심포와 삼 를 제외한 10줄기의 경락만을 받아들여 10센이 되었다고 한다. 또한, 경락은 경혈(經穴)을 취하는데 비하여 센에서는 혈자리가 없고, 경락은 주선인 경맥(經脈)과 간선인 락맥

(絡脈)으로 이루어져 락맥이 경맥과 경맥을 이어 전체 경락을 연결해 주지만 센에서는 락맥의 역할을 해주는 별도의 센이 존재하지 않는다는 것이다.

즉, 태국전통의학은 10센을 통해서 기가 흐르며, 이 기의 작용으로 인하여 인간의 생명활동이 이루어진다는 것이며, 질병의 치료에 있어서는 전체 10센 줄기를 적절하게 모두 자극을 하여야만 치료 효과가 나타난다는 것이다.

∴ 중동의 (Greco-Arab : Unani tibb) 의학

수메르 문화로 시작되는 메소포타미아 문명과 이집트 문명의 영향을 받은 중동아시아 지역은 각종 자료들을 통해 의학과 약학이 매우 발달되어 있었음을 알 수 있다. 특히, 고대 이집트의 의학 관련 기록 중 3,500년 이상된 에버스 파피루스(Ebers Papyrus)에는 다양한 질병의 치료를 위한 879개의 처방전이 기록되어 있는데, 이 처방전에는 먼저 질병에 관한 간략한 기술, 즉 질병 진단이 기록되어 있고, 그 다음에는 혼합되어야 할 여러 가지 치료제의 열거 그리고 치료과정에 대한 예측 등으로 기록되어 있으며, 처방제제의 대부분은 식물을 사용하고 있었다(그림 4).

또한, 헤로도토스(Herodotos : BC 490~425)에 의하면 고대 이집트 치료술은 몇 갈래로 나뉘어져 있어 의사는 각기 특정 질병만 치료, 즉 눈을 위한 의사, 머리, 치아, 몸 그리고 내부질환을 위한 의사가 있다고 기록하고 있다. 헤로도토스의 기록과 더불어 기원전 2,400년 경 이집트에 이미 치료지식에 해박한 전문가들이 있었다는 데 대한 또 다



그림 4. Ebers Papyrus

른 증거로는 상형문자로 새겨져 있는 석조 문들에는 사자(死者)들의 직함, 즉 안과의, 치과의, 향문 수문장까지도 언급되어 있으며, 발굴된 다양한 외과용 기구들은 비교적 높은 수준의 외과수술이 행해졌다는 것을 입증하고 있다.

이집트 의학설에 의하면 사람의 건강이나 질병은 그 사람의 체액과 관계가 있는 것으로 체액의 상태가 불순하면 질병

이 되고 순수하면 건강하다고 하였으며, 기생충을 질병의 원인이라고 하였다. 그리하여 불순한 체액을 배출시키기 위하여 토제(吐劑) 또는 하제(下劑)를 사용하였고, 기생충을 구제하기 위하여 구충제를 사용하는 것을 질병 치료의 원칙으로 하였다.

사후세계를 인정한 이집트인들은 사자들의 생활을 보장하기 위하여 식물소재의 부장품들을 방부 처리된 미라와 같이 무덤에 넣었는데, 이들 식물들로는 팔레스티나 대추나무(*Zizyphus spina christi* (L.) Wild.)와 발라니테스(*Balanites aegyptiaca* Del.) 나무의 열매, 미무소프스나무(*Mimusops laurifolia*)의 열매, 셀러리(*Apium graveolens* L.), 수면체리(*Withania somnifera* L. Dunal) 등이 이용되었다.

처방전에 언급된 식물들을 살펴보면 석류의 뿌리 추출물은 장속의

기생충을 퇴치, 셀러리의 기름은 이노와 자궁수축, 셀러리의 종자는 달여서 류머티즘과 관절염, 수면체리는 마취제, 미무소프스나무의 수액을 끓여서 화상을 치료, 피마자의 종자는 하제, 기름은 피부질환치료, 뿌리는 두통, 깊은 상처를 아물게 하는 데 사용하였다고 한다.

미라에서 골절을 바로잡은 흔적이라든지, 출산 도움 또는 절단술 같은 외과 수술과 같은 의료행위의 흔적과 엄지발가락에 의지까지 발견되었다.

이집트의 전통의학 지식들은 종교적인 토대 위에 있지 않았기 때문에 이슬람교로 동화되었을 때나 기독교가 도입되었을 때에도 보존될 수 있었다.

이 지역의 고대 민족전통의학 지식들은 그리스에 상당한 영향을 주기도 하였지만 그리스의 디오스코리데즈(Dioscorides)와 갈렌(Galen, AD 131-201)의 저서들은 오히려 이 지역의 의학에 심대한 영향을 주었다. 바로 이러한 영향은 지금도 중동지방과 파키스탄 그리고 서남아시아까지도 이용되고 있는 아랍인 고유의 Greco-Arab 의학 즉, Unani tibb 의학이 탄생하는 바탕이 된다. 뿐만 아니라, 갈렌의 저서들은 5세기 동안에 네스토리안인들에 의해서 번역되어져 페르시아에까지 전해졌고, 이때 산스크리트어로 쓰여진 인도의 의학서들도 번역이 되어 보급되기도 하였다. 한편, 이슬람교의 확산과 함께 약 9세기부터 13세기까지 많은 의학서들이 아랍어로 번역이 되어지고 이들은 점차 아랍 세계 고유의 의학체계가 한층 더 발전하게 되는 계기가 되었다.

특히 Unani tibb 의학은 4대 원소론에 입각한 본성을 중요시하였으며, 민족의식에 뿌리를 내리고 있다. 4대 원소론, 즉 따뜻한 불, 마른 흙, 차가운 공기, 젖은 물 등의 원초적인 성질을 이용하여 생필품, 약재

의 성질을 연결시키고 강약에 따라 4등급으로 나누었으며, 음식의 본성을 정교하게 10등급으로 나누어 식품이나 약이 인체와 질병에 가하는 작용을 계산하였다. 4대 원소론에 의한 건강의 중심점은 인체의 온기와 냉기의 균형에 두었으며, 자연의 힘과 자연치유를 중요하게 여겨 식물성 약재의 의존도가 매우 높았다. 또한, 의학체계와 질병처방에 종교적 개입을 배제하고, 화학과 약학 중심개념을 보유함으로써 의학이 발전하였다. 또한, 인체를 경작지처럼 생각하고 유목생활로 인하여 해부와 골절에 관한 해박한 지식을 가지고 있었다.

10세기경의 콜라사톨 타자레브라는 책에는 “의사는 환자를 마취시켜 그의 두피를 제거한 다음 개의 피부로 대체하고 마지막에는 약으로 수술상처를 아물게 했고, 머리털도 다시 돌아오게 했다”고 탈모증이 심한 남자를 치료한 기록이 있다. 또한 의학교도 있었으며, 내장기관의 위치와 기능, 태아가 든 자궁, 피와 신경, 골격계통, 뼈 이름 등을 정리하였다. 약과 추출물의 수준 높은 조제법, 즉 발상, 여과, 증류, 결정화, 용해, 환원 같은 기술을 창안하였다.

아비케나(Avicenna : 973-1037) 또한 Unani tibb 의학에 큰 영향을 주었다고 한다.

(2) 아메리카 원주민의 전일(全一)의학체계

5,000여 년 전부터 멕시코 동남부와 유카탄반도 지역에서 문명의 꽃을 피워 온 마야인들은 오랫동안 우림생활을 하여 수많은 약초를 알고 있으며 그 효능이 세대를 이어져 내려왔다. 약 3만여 가지의 서로 다른 식물 종류들이 멕시코 의학에 알려져 있고, 이 중에서 5,000개 이

상의 식물에 치료 효능이 있다고 알려져 있다. 북아메리카 대륙의 북방에서 이주하여 멕시코의 북부와 중부에 정착한 아즈텍인들의 아즈텍(Aztecs) 문헌에도 중앙멕시코의 인디오들이 식물과 그 치료 효용에 관하여 알고 있었다는 기록이 있다.

조각, 벽화, 회화, 도자기 등의 그림 기록들에서 식물은 중앙아메리카의 민족들에게는 식량으로 뿐만 아니라 병고의 경감, 치유 및 정신영역의 확장에도 사용된 것으로 나타났다. 특히, 마야인들은 식물을 식량과 더불어 건강 개념의 일부로써 이용하였으며, 식물을 이원적이고 대립되는 범주, 즉 찬-따뜻한, 가벼운-무거운, 여성적-남성적, 젖은-마른 것 등으로 분류하였다.

보납파크의 프레스코들에서 마야인들이 성형외과 의사로 활동했다는 증거, 즉 신생아의 머리를 두 개의 판자 사이에 놓고 눌러서 독특한 머리 형태를 만들었으며, 코 위에 작은 구슬을 고정시켜 사시를 만들기도 하였고, 비취와 황철광을 이용하여 보철을 하기도 하였다.

프란체스코회 수도사 페드로 벨트란은 1746년 스페인 정복기의 마야의 해부지식을 재현하기 위하여 어휘사전을 출간하였는데, 150개의 의학 관련 내용들이 기재되어 있었으며 그 중에는 뇌, 흉곽, 복부기관들 같은 신체 부위들에 대한 많은 개념들이 있었다. 또한, 여성해부에도 정통하여 자궁과 태반을 일컫는 용어를 가지고 있었고, 질과 난소의 기능까지도 알고 있었다. 벨트란의 책에는 200개의 서로 다른 증상을 언급하였으며, 사혈을 하기 위하여 부싯돌 칼이 이용되었고 더 큰 칼날은 사람을 제물로 바치는 제사에서 심장을 제거할 때 이용되었다. 기념비에 새겨진 각인이나 경전 속의 그림에서는 황새치의 뼈와 턱으로 만들어진 의료기구들이 보이는데, 마야인들은 식물섬유와 생선뼈를 상처

치료용 바늘로 사용하였고 뼈를 바로 잡는 일은 까이 바크(Kay-bac)라고 불리우는 접골인이 있었다고 한다.

아즈텍인들도 치료지식과 마법의 하나로 식물의 치료적 특성이나 해로운 특성을 알고 있었을 뿐만 아니라 점성술까지 이용하였다. 또한, 아즈텍인들은 인간의 골격에 관한 세부적인 지식을 가지고 있었고, 아즈텍인들의 의사는 동맥과 정맥의 차이, 힘줄과 신경의 식별을 할 줄 알았으며 용암이나 부싯돌로 만든 해부도구와 외과수술용 메스를 소유하고 있었다. 또한, 약 100여 가지의 서로 다른 질병을 진단할 줄 알았다고 한다. 아즈텍인들은 구강위생을 중요히 여겨 치약과 세척도구가 있어 매 식사 후에 이쑤시개와 칫솔을 사용하였고 날카로운 가시로 염증이 심한 잇몸을 치료하였다고 한다. 온화한 고산기후 속에서 살았던 아즈텍인들은 증기탕을 이용하였는데 치료의 목적뿐만 아니라 정결의식을 위한 것이었다.

옥수수(Zea mays)는 신들이 인간들을 강하게 하고 호흡과 생명력을



그림 5. 마야인의 옥수수 밀파모습과 현대의 마야인이 옛날과 똑같은 방식으로 옥수수씨를 뿌릴 구멍을 만드는 모습

불어넣기 위해 인간들에게 주었다고 하여 신들의 장식 일부 분 또는 제물로 이용되었고, 초자연적인 것과 결합된 의식들에서 사용되었다(그림 5). 치료 목적으로는 환자의 병고 종류에 따라 허브가 곁들여진 옥수수 가루음식인 아톨리(atolli) 형태로 굽고 빵아서 이용하였으며, 아즈텍인들은 날것으로

빵아서 물에 섞어 생명수 올라뜰(yolatl)이라 하여 실신할 때 음료수로 이용하였다.

카카오(Theobroma cacao)는 심장 강화를 위해 음료를 만들어 마시고, 흥분 또는 마취작용이 있다고 보았으며 구강소독, 혀 위의 경피를 완화하기 위하여 또는 혈변과 이질을 치료하는 데에 이용하였다.

아마말로꼬틀(Hydrocotyle spp.)은 식량 및 열과 간장병의 치료약으로 사용하였고, 껌포알쏘치틀(Tagetes maxima)은 아즈텍인들의 설사 치료용으로 주입해 사용하였으며, 향은 두통이 있을 때 흡입으로, 위통이 있을 때 경구복용용으로 처방되었다.

빼리꾼(Tagetes lucida)은 의학적 또는 마법적으로 다양하게 사용되었는데, 열을 내리게 하거나 생리통과 설사, 복부 팽만증을 없애기 위해, 눈 상처와 만복감을 통한 위통을 치료하기 위하여 사용되었고 옥수수 발을 보호하거나 강을 건널 때 보호받기 위하여 이용되었다.

빼요틀(peyotl) 버섯은 향정신적 특성 때문에 신의 도움으로 질병과 그 진행과정 그리고 치료를 예언하기 위하여 사용되었으며, 빼요틀 버섯 중의 한 종류인 로포포라 레위니(Lophophora lewinii)는 뜨거운 성질로 분류하여 추위에 의한 병고나 학질에 이용하였다.

질병을 진단하기 위해서는 빼요틀, 담배, 올롤이루리퀴(ololiuhyqui) 등이 이용되었으며, 마야인들은 담배를 상처치료와 국소 진통제로 사용되었다.

남아메리카 열대지역의 인디언들은 독화살에 사용하는 식물성 독인 큐라레(Curare)를 소화경로 내에는 독이 무해하다는 것을 알고 위 치료제로 사용하였으며, 구아바(Psidium guajava)는 설사질환

에, 비소니마 크래시폴리아(Byrsonima crassifoliaW)는 위장경련에, 체노포디움 엠브로시오이데즈(Chenopodium ambrosioides)는 차를 만들어 기생충병에, 페딜란더스 티시말로이데즈(Pedilanthus tithymaloides)는 두통을 없애는 데에, 선인장 종류인 노팔레즈 코체닐리페라(Nopales cochenillifera)는 암질환과 당뇨병 예방에, 하멜리아 파텐즈(Hamelia patens)는 목욕첨가제로 피부암 등에 이용하였다.

또한, 미국의 하와이지역 원주민들의 고유 전통의학체계인 후나(Huna)는 초자연적인 힘을 의미하는 “mana”라는 생체에너지에 대한 개념이 그 핵심으로 카우나스(Kahunas)에 의해 정립하였으며, 그 기본 원리는 다음과 같다.

첫째, 세상은 내가 ‘그것은 이렇다’라고 규정하고 생각한 그대로이다.

둘째, 제한이나 경계는 없다.

셋째, 의식이 가는 곳에 에너지가 간다.

넷째, 현재가 바로 모든 에너지와 힘이 응축되어 있는 지점이다.

다섯째, 사랑하는 것은 함께 행복한 것이다.

여섯째, 모든 힘은 내면으로부터 나온다.

일곱째, 유용성이 진리를 결정하는 기준이다.

(3) 아프리카 원주민의 전일(全一)의학체계

아프리카 지역의 전일의학체계 중 이집트 의학은 후에 Unani tibb 의학 탄생의 토대가 되므로 아시아의 전일(全一)의학체계의 중동의 Greco-Arab(Unani tibb) 의학에 포함시켰다.

아프리카 사회에서 큰 영향력을 가지고 있는 주술사는 크고 작은 공

동체의 상담자이자 의료인으로 동아프리카의 스와힐리어 문화권에서는 ‘음강가(mganga)’, 남부아프리카의 코사족은 ‘잉기라(ingira)’, 줄루족은 ‘이쌍고마(isangoma)’, 그리고 소토족은 ‘응가카(ngaka)’라는 이름으로 불리우며, ‘치료사’, ‘약초인’, ‘점술가’, ‘전통의’ 등의 의미를 갖고 있다.

주술사가 되기 위해서는 도제식 훈련을 통하여 이루어지는데 이 기간 동안 영혼과 살아있는 사자(living dead)의 본성이 무엇이며, 어떻게 다룰 것인가에 대한 것뿐만 아니라 여러 가지 약초, 나뭇잎, 뿌리, 열매, 나무껍질, 풀, 광물, 뼈를 태운 연기, 동물과 곤충의 배설물, 조개, 알 등 각종 물질들이 가지는 의학적 치료 효과와 그 사용방법에 대한 지식을 배운다.


엔데벨레족의 주술사는 새로 지은 가옥의 출입문을 세울 때, 약물을 칠한 나무못을 이용하여 마법이나 주술에 의해 가해지는 좋지 않은 영향을 막기 위해 사용하였다.

또한, 아잔데족의 주술사는 환자를 치료할 뿐만 아니라 임박한 재난에 대한 경고를 하기도 하였으며, 사냥이 잘 되고, 농사가 잘 되도록 제의를 지내기도 하였다.

아프리카에서 전통의학은 병이 발생하는 원인을 영적 측면과 육체적 측면을 통합해서 보려고 하였으며, 치유자로서의 주술사는 병의 원인이 영적일 때는 제 의식으로 치유하고 육체적인 질서와 조화가 제대로 이루어지지 않아 병이 생겼을 때에는 여러 가지 약초를 이용하여 치료를 하였다.

남아프리카 보츠와나와 나미비아의 원주민들은 "악마의 발톱(devil's claw)"이라는 식물을 "아파따바" 또는 "그랩플"이라고 하였으며, 감자

와 같은 저장줄기를 관절염에 차로 오랫동안 마셨으며, 남아프리카공화국 이스턴케이프 지역에선 수백 년간 두통과 불면증 등에 펠라르고늄이라는 약초를 이용하였다.

다음 호에서는 에너지의학 영역에 대해 연재를 할 예정입니다. 

• 이 글은 미내사의 허락없이 무단 전재나 배포를 할 수 없습니다.

저자 | **김현** | 서울대 대학원 이학박사. (현)전주대학교 대체의학대학 대체건강관리학부 교수. 학회 <한국정신과학학회 창립회원>, <International Society of Ethnobiology 회원> 등. 저서 <민족생물학>, <체질에 따른 어린이 능력개발법>, <민족전통식물학> 등. 논문 <한민족 생물이용 원리인 음양오행론의 기원에 대한 고찰>, <한민족의 민족생물학적 생물이용원리: 삼태극 육기론> 등

* 블로그 및 카페 : 보완대체의학의 세계(<http://blog.daum.net/acmworld>,

<http://cafe.daum.net/acmworld>)