

변비질환 - 한방

저자 황완균
중앙대학교 약학대학 교수
약학정보원 학술자문위원

개요

최근 아침 공중파에서 유래, 상쾌, 통쾌로 이어지는 텔런트 신모씨의 변비약 광고를 보면 대부분 노인들에게 장근육 무력으로 인한 변비가 온다는 것을 직감할 수 있다. 그리스 로마시대 서적 그리고 현대 유럽에서도 변비약이 매우 발달된 것으로 보아 변비는 성년 이후 매우 골칫거리임을 알 수 있다.

한방에서 변비는 이실증(裏實証) 즉 복부장기의 열 또는 수분대사에 문제가 있을 때 나타난다고 하였다. 이를 치료하는 것을 한방에서 사하약이라 하였으며 장관을 자극하거나 윤향하게 하여 배변을 촉진시키거나 장내로 수분 배출을 촉진하는 것을 포함하고 있다.

먼저 열성 질환에 의한 과정에서 오는 변비는 발열에 의한 탈수로 장관에 수분의 분비가 감소되어 나타나며 일반적으로 수분량이 전체분변의 50%이하로 나타날 때를 말한다.

둘째 요즘처럼 추위에 많이 노출되거나 차가운 것을 먹을 경우 장관의 운동기능이 떨어져 변비가 생기며 이를 한의학에서 한사(寒邪)에 의한 위장의 운동기능저하로 변이 적체되어 있을 때 나타난다고 하고 있다.

셋째 현대의학에서는 각종 부중에 이뇨제를 사용하나 이를 한의학에서는 복부나 가슴에 수분이 정체되어 나타나는 증상으로 한방에서 정음(停飲) 또는 유음(留飲)이라 하며 장을 통하여 수분을 배출하기 때문에 일종의 현대의학에서는 사하제로 취급하며 준하촉수약(峻下逐水藥)이라 하며 한방에서는 이뇨제로 이수삼습약과 유사하다.

현대의학에서 변비약의 분류는 한의학과 유사하여 완하제와 준하제로 분류하고 다시 완하제는 물리적 하제와 화학적 하제로 분류하며 적절한 증상에 따라 처방하여 복용하거나 환자가 직접 구입하여 복용하며 대부분 생약이다.

한방에서 변비약이 현대의약품과 다른 것은 그 원인을 명확히 함으로서 수분손실에 따른 전해질의 불균형 등 신체의 불균형적인 요소가 많기 때문이며 대부분 전신적인 장해를 유발하는 경우를 차단하는 것이다. 즉 완하제를 지속적으로 복용함으로써 수분의 소실로 인한 생체 무기질의 부족 특히 저칼륨혈증을 야기하는 경우가 있다.

따라서 가벼운 변비라도 원인이 무엇인지를 정확히 파악하고 이에 따른 적절한 처방과 예방이 필요하며 특히 한방에서도 상세한 기전 및 처방이 다양하여 약사들이 self-medication으로 변비에 적용하는 것도 바람직하다.

키워드

대황, 알로에, 마자인, 옥리인, 견우자, 공하약, 윤향약, 준하촉수약

한방에서 사하약 즉 변비약이란 장관을 자극하여 설사를 유발하고 장관을 미끄럽게 하여 배변을 촉진하는 것을 말하며 일부 장관으로 수분을 배출시킴으로서 이뇨작용을 가지는 것도 있다.

1. 공하약(攻下藥)

공하약은 대부분 고한(苦寒)의 약물로 청열사화작용이 있어 기분(氣分)과 혈분(血分)의 열을 없애므로써 장기의

열을 제거하며 아울러 장관을 자극하여 사하작용을 한다. 한방처방으로는 주로 해표약과 공하약이 조합된다.

1) 대황(大黃, *Rheum tanguticum*)

대황은 주로 동북아시아에서 변비약으로 사용하며 상용되는 기원식물은 금문대황(*Rheum palmatum*), 약용대황(*R. officinale*) 및 탕구트대황(*R. tanguticum*) 등 3종으로 중국의 고산지대를 중심으로 재배하며 비대한 근경을 사용한다.

성미는 고한(苦寒)으로 비장, 위장 및 대장으로 귀경한다. 화학적 성분으로는 주 약효성분인 dianthrone으로 sennoside류와 특이한 tannin인 rhatannin이 함유되어 있다.

약리작용으로 사하, 항균 및 이담작용을 가지고 있다. 임상적 응용으로 대황은 통변작용으로 열성의 변비에 사용하며 발열성의 감염성 질환의 중기 이후의 변비에 사용한다. 증상은 고열, 헛소리, 구갈, 및 갈색의 설태(舌苔)등에 사용한다. 단방으로 상용량은 3-12g, 사하작용을 강하게 할 경우 9-12g을 사용하며 행기약 및 청열약으로 사용할 경우 6g 내외로 소량 사용하고 사하제로 사용할 경우 12g 이상을 1일 2 내지 3회 분복한다. 방제로는 상한론의 소승기탕(小承氣湯)이 가장 많이 사용되며 대황 12g, 후박 6g 및 지실 6g을 조합하여 물로 추출하여 1일 2회 아침과 취침전에 복용한다.

주의할 점은 대황을 다량 복용할 경우 사하작용이 크므로 허약체질에는 위험하며 자궁 등의 하부장기의 충혈을 야기하기 때문에 월경전후, 산전 산후 등 여성에게 투여는 주의하여야 한다.



대황

알로에

2) Aloe(蘆薈, *Aloe ferox*)

알로에는 고구려 멸망 후 당나라에 귀화한 고선지 장군에 의해 서역에서 전파된 전래품이다. 현재 알로에는 크게 의약용으로 Aloe ferox 타입과 기능성 식품과 화장품으로 주로 사용하는 Aloe vera 타입이 유통된다. 주로 식품이나 화장품에 사용되는 것이 유통량이 많고 의약용은 추출물이 소량 유통된다. 우리가 한약으로 알고 있는 노회는 잎의 절단면에서 나온 삼출물을 건조한 것으로 갈색 괴상으로 Aloe라 한다. 성미는 고한(苦寒)으로 간장과 위장 및 대장으로 귀경한다. 주 약효성분은 대황과 유사한 anthrone류인 barbaloin 및 aloinoside이다.

청열량간(淸熱凉肝) 및 사하살충(瀉下殺虫)으로 장의 운동을 촉진시키고 고미건위작용이 있고 50% 물추출액에서 피부진균 발육억제 작용이 있다.

임상적 응용으로 습관성 변비나 열적(熱積)에 의한 변비에 사용하며 만성변비에 적합하다. 단방으로 1-1.5g을 환이나 산제로 아침, 저녁 분복하며,煎劑(煎劑)로는 사용하지 않는다. 방제로는 갱의환(更衣丸)으로

알로에 21g과 주사 15g을 세말로 하여 술 소량을 섞어 환으로 만들어 1회 3.5g을 1회 복용하나 주사가 수은 중독의 원인이 될 수 있으므로 단방의 환제를 만들어 만성변비에 사용한다. 또한 상복부의 동통, 두통, 정신 불안, 잘 노하여 변비가 생길 때 사용하는 당귀룡회환(當歸龍薈丸)은 당귀, 용담, 황백, 황금, 치자 각 30g에 대황, 대청엽 및 알로에 각 15g 목향, 사향 1.5g을 작은 콩 정도의 크기로 하여 1회 20-30환을 1일 2회 생강 끓인 물과 복용한다.

주의할 점은 대황과 마찬가지로 장벽과 골반내 장기를 충혈시킴으로 월경기나 임신중, 복통이 있거나 치질이 있을 때는 주의를 요한다.

2. 윤하약(潤下藥)

1) 마자인(麻子仁, *Cannabis sativa*)

마자인은 대마초의 원료인 대마의 성숙한 종자를 말한다. 우리나라의 경우 대마 재배는 섬유 또는 의류 섬유의 원료를 얻기 위해서 재배하고 있으나 종자껍질 등이 마약류로 분류되어 있다. 한편 미국의 경우 일부 주에서 성인에 대해 일정량의 대마초 소유가 합법화 되어 있다. 최근 많이 수입되는 마자인(Hemp seed)은 대부분 캐나다에서 수입이 되고 있으며 THC가 함유되어 있는 껍질을 벗긴 후 다양한 식재료로 사용하며 견과류로 샐러드, 반찬 심지어는 밥에 잡곡으로 넣어 먹기도 한다.

마자인의 성미는 감평(甘平)이고 귀경은 비장과 위장이다. 마자인이 유명해진 것은 종자에 오메가3와 오메가6 등 불포화 지방산이 고등어보다 많이 함유되어 있고 또 다양한 필수아미노산을 갖추고 있다. 또한 비타민 B군을 포함해 여러 비타민과 무기질, 식이섬유 등을 포함하고 있어 매우 중요한 영양식품 중의 하나로 떠올랐다.

윤활작용으로 인한 사하작용을 하며, 함유되어 있는 불포화지방산에 의해 장벽과 분변사이를 미끄럽게 하여 배변을 용이하게 한다.

임상적 응용으로 위장의 기능이 약하여 발생하는 변비, 장관의 수분이 감소하여 발생하는 습관성 변비에 사용하며 특히 노약자, 산후의 변비에 적합하다.

용법으로는 마자인을 잘게 부수어 끓인 다음 죽으로 만들고 여기에 설탕을 가하여 복용하기도 한다. 또한 임신 중 변비에는 괄루인, 행인을 첨가하고, 산후에는 당귀와 백자인을 혼합하여 사용하면 좋다.

단방으로 껍질 벗긴 것을 볶아서 9-18g을 1일 2회 분복한다. 방제로는 상한론의 마자인환이 유명하며 마자인 15g, 행인 9g, 대황 6g, 지실 6g, 후박 3g 및 작약 9g을 환제 또는 끓여서 1일 2회 식간에 복용한다.

2) 옥리인(郁李仁, *Prunus japonica*)



대마



이스라지나무

욱리인은 이스라지 나무의 성숙한 종자를 말한다. 앵두와 비슷하나 7-8월에 익으며 가을에 과육을 제거하고 종자를 건조시켜 사용한다. 성미는 신고평(辛苦平)이고 귀경은 대장과 소장이다. 함유성분은 청산배당체인 amygdalin 외 불포화지방산과 필수아미노산이 함유되어 있다.

약리작용은 윤장통변작용이 있어 윤활성의 사하작용이 있으며 마자인보다 조금 활성이 강한다. 임상적 응용으로 습관성 변비에 단방제로 3-12g에 물을 가하고 1/2정도 줄도록 끓인 후 여과하여 1일 2회 분복한다. 방제로는 오인탕(五仁湯)이 유명하며 욱리인 9g, 마자인 12g, 팔루인 9g, 행인 9g 및 백자인 9g을 분말로 하여 끓인 후 여과하여 2회 분복하며 습관성 변비에 사용한다. 특히 오인탕은 노인과 산후 장건조변비에 좋다.

3. 준하축수약(峻下逐水藥)

지금까지 언급한 변비약과는 달리 한방에서 복부장기에 부종이 있을 때 부종을 제거하기 위해 일시적으로 사용한다. 그러나 독성이 강하여 사용에는 매우 한정적이다. 따라서 일차적으로 부종의 원인이 무엇인지를 명확히 진단하는 것이 중요하고 이에 따라 적절히 대처를 해야 한다. 준하축수약은 메꽃과(Convulvulaceae)와 대극과(Euphorbiaceae)식물이 주를 이루며 주 약리성분은 수지배당체이다. 수지배당체는 준하제로서 효과는 크지만 암유발물질로 알려져 있어 수치하여 한방에서는 사용한다.

1) 견우자(牽牛子, *Pharbitis nil*)



견우자는 나팔꽃의 성숙한 종자를 말한다. 성미는 고한(苦寒)으로 독성이 있으며 귀경은 신장과 대장이다. 주성분은 수지배당체 pharbitin이며 장에서 분해되어 ipuloric acid와 지방산, 당 등으로 분해되며 ipuloric acid와 지방산이 격렬한 사하작용을 나타낸다.

약리작용으로 사하축수(瀉下逐水)와 소종산결(消腫散結) 작용이 있어 준하작용과 이뇨작용이 강하다. 임상적 응용으로 간경화로 인한 복수나 신성수종(腎性水腫)으로 인한 신염에 사용한다. 단방으로 견우자 1.4-5g을 분말로 하여 1일 2회 복용하고 때에 따라서는 15g까지 증량한다. 방제로 간경화로 인한 복수 제거시 소수방(消水方)을 사용하며 견우자 24g, 대황 15g, 망초 12g, 지실 9g을 물로 끓여 1일 2회 복용하며 대추를 끓인 물과 같이 복용하면 좋고 효과가 있으면 바로 복용을 중지시켜야 한다. 주의할 점은 허약자, 노인 임부 투여는 금기하는 것이 좋으며 복부팽만과 변비가 없을 때는 사용을 하지 않는다.

약사 Point**1. 대황**

: 대황은 열성의 변비로 발열성의 감염성 질환의 중기 이후의 변비에 사용한다. 단방으로 상용량은 3-12g 이고 방제로는 소승기탕(小承氣湯)이 가장 많이 사용되며 대황 12g, 후박 6g 및 지실 6g을 조합하여 물로 추출하여 1일 2회 아침과 취침전에 복용하면 좋다.

2. 알로에

: 습관성 변비나 열적(熱積)의 변비에 사용하며 만성의 변비에 적합하다. 단방으로 1-1.5g을 환이나 산제로 아침, 저녁 분복하며 전제로는 사용하지 않는다. 방제로는 갱의환(更衣丸)으로 알로에 21g과 주사 15g을 세말로 하여 술 소량을 섞어 환으로 만들어 1회 3.5g을 1회 복용하나 주사가 수은중독의 원인이 될 수 있으므로 단방의 환제를 만들어 만성의 변비에 사용하면 좋다.

3. 마자인

: 위장의 기능이 약하여 일어나는 변비, 장관의 수분이 감소하여 일어나는 습관성 변비에 사용하며 특히 노약자, 산후의 변비에 적합하다. 마자인을 잘게 부수어 끓인 다음 죽으로 만들고 여기에 설탕을 가하여 복용한다. 또한 임신중 변비에는 괄루인, 행인을 첨가하며, 산후에는 당귀와 백자인을 혼합하여 사용하면 좋다.

4. 옥리인

: 습관성변비에 단방제로 3-12g에 물을 가하고 1/2정도 줄도록 끓인 후 여과하여 1일 2회 분복한다. 방제로 오인탕(五仁湯)으로 옥리인 9g, 마자인 12g, 괄루인 9g, 행인 9g 및 백자인 9g을 분말로 하여 끓인 후 여과하여 2회 분복하면 습관성 변비가 있는 노인과 산후 장 건조변비에 좋다.

■ 참고문헌 ■

1. 육창수, 아세아 본초학, 계축문화사(한국)
2. 한약제제학 교재편찬위원회, 한약제제학, 신일복스(한국)
3. 현대진료에 관한 한방약, 일본생약학회, 남강당(일본)