

# 식물요법(Phytotherapy)

급성 위질환

저자 **황완균**

중앙대학교 약학대학  
약학정보원 학술자문위원

## 개요

위장질환에 대한 식물요법은 다른 요법과 비교하였을 때 보조적으로 큰 가치를 가지고 있다. 위장 장애 치료에 있어서 수백년 동안 약용 다재를 민간요법으로서 사용하여 왔으며, 간단한 티크 혼합제, 정유, 식물의 분말을 사용하더라도 좋은 결과를 얻을 수 있다.

체질적 신경성 위 질환이란, 굉장히 큰 영역으로서 위 노이로제 개념을 넘어 자율신경계, 내분비계, 운동신경성 기능장해를 포괄하는 개념이라 할 수 있다. 이 중 급성 위 질환은 주로 즉효적인 작용을 필요로 하는데, 즉효적 작용이란 완전(完全)이라는 단어 또는 대증요법(對症療法)이라는 단어와 일치한다. 급성 위염은 단순한 위 부담 과중이나 급성 소화불량으로부터의 오심, 구토 등 중간 증상을 거쳐 급성 위염으로 발전하게 된다. 증상으로는 위의 경련성 상태 또는 위 선통이 나타나게 되는데 여러 원인과는 관계없이 먼저 징후적 치료를 실시하여야 한다.

## 키워드

대증요법, 체질적 신경성 위 질환, 위 노이로제, 장기요법, 케모마일, 박하, 멜리사

체질적 신경성 위 질환에는 식물성 생약 중 herb가 굉장히 효과가 있다고 보고되고 있다. 현재 급성, 비감염성 위 질환에 사용되는 약용식물의 수는 매우 많을 뿐만 아니라 이를 용이하게 얻을 수도 있다. 대표적으로 케모마일, 박하, 멜리사 등이 있으며, 급성 위 질환에는 이들 2, 3종의 약용식물을 조합하여 다제로 사용하여도 충분히 고무적인 효과를 얻을 수 있다. 본고에서는 급성 위 질환에 대해 herb를 소재로 한 식물요법의 다양한 효과를 알아보도록 한다.

## 1. 케모마일(*Matricaria chamomilla*)

케모마일은 국화과(Compositae) 식물로서 세계 각지에서 잘 자란다. 재배를 주로하나 야생성이 매우 강해 잡초 성격을 가지고 있다. 최근 들어 우리나라에서도 herb tea로서 많이 사용되고 있고, 2000년 기준 독일에서만 연간 소비량이 3000톤을 넘었으며 주 수입지는 발칸반도이나 최근에는 남미에서도 수입하고 있다. 품질은 정유 함량이 높은 것이, 상품으로는 독일산이 제일 좋다. 우리나라에 수입되는 케모마일은 대부분 야생품으로 유효성분의 함량이 제각각이다. 케모마일의 사용 부위는 꽃으로 *Matricariae flos*이고, 다른 한 종은 *Anthemis nobilis*의 꽃으로 생약명은 *Anthemidis flos*이다.



〈케모마일〉

〈로만케모마일〉

로만케모마일은 케모마일과 속이 전혀 다른 것으로 영국에서 야생하며 현재 세계 각지에서 재배하고 있다. 로만케모마일과 케모마일은 외관상 전혀 다르나 성분 및 작용면에서는 유사하며, 보통 케모마일과 로만 케모마일을 2:1정도로 혼합하여 사용한다.

케모마일은 가장 전통적인 가정약으로서 최근에는 기존의 민간요법에서 사용했던 효과와 더불어 여러 의학적인 효과가 밝혀지고 있다. 케모마일의 의학적 가치는 염증억제작용(소염작용), 진경작용 및 구풍작용의 3가지 작용으로 설명된다. 여기서 구풍제란 장관의 가스를 제거하여 장관의 자각증상을 개선하는 약으로 진경작용과 밀접한 관계가 있어 위와 장을 진정시킨다. 따라서 케모마일이 만성 및 급성 위 질환 염증을 호전시키는데 있어서 가장 적절한 식물요법제임을 알 수 있다. 또한 염증억제작용을 통해 창상 치유를 촉진하고 염증에 길항하는 효과가 있어 장 질환을 개선하고, 장의 통증을 제거하는 효과가 있다. 따라서 대장의 경련증과 만성 변비 등에 수반하는 경련 증상에도 효과가 있을 뿐 아니라, 습포 등을 통해 외용으로 사용할 시에는 족부 궤양과 관련된 염증을 치료하는데 중요한 역할을 한다.

용법으로는 주로 케모마일 다제를 사용하며 유럽에서는 이를 처방전을 통해 구입한다. 주로 장기요법을 행하며 매일 3~4회 케모마일차 1컵씩 복용하는 것이 좋고 아침 공복 1회, 점심, 저녁에 1회, 취침전 1회를 복용하는 것이 바람직하다. 급성인 경우에는 20~30분마다 약간 많은 2~3컵을 복용하는 것이 바람직하다. 제형으로는 케모마일화, 토크, 유동엑기스, 케모마일유 및 케모마일수 등이 처방되거나 유통된다.

## 2. 박하(*Mentha arvensis*)

박하는 매우 오래된 약초 중의 하나로서 꿀풀과(Labiatae)에 속하며 동아시아가 원산지다. 옛날부터 재배되어 왔기 때문에 이 종의 순종은 없으며 잡종이 많아 현재 박하의 기원 식물은 알 수가 없다.

박하의 사용 부위는 지상부로서 *Menthae herba*라 하며 서늘한 곳에서 건조한 것이 좋다. 성분은 주성분 menthol 외에 0.7% 내외의 정유가 함유되어 있고, 6~12%의 탄닌 및 고미질도 함유되어 있다. Menthol은 마취작용이 강하며, 외용으로는 주로 가려움증에 사용된다. 의학적 작용면에



〈박하〉

서는 케모마일과 기전이 전혀 다르며 위점막 자각증상을 둔화시키고, 오심, 구토 증상을 개선한다. 또한 담낭과 간장에 작용하여 담즙 분비를 촉진시키며 위의 소화기능을 정상화시켜 발효작용을 억제시킨다. 용법은 케모마일과 유사하며 제형으로는 박하엽, 박하유 및 박하수 등이 처방되거나 유통된다.

### 3. 멜리사(*Melissa officinalis*)

멜리사 역시 박하와 마찬가지로 오래된 약초로 남부 유럽이 원산지이며 가정의 정원 등에서 재배된다. 멜리사(Citronen Melissae)는 생잎을 손으로 만지면 citron과 같은 냄새가 난다하여 명명되었다. 멜리사의 사용부위는 잎을 사용하며 *Melissae folium*이라 한다.



〈멜리사〉

멜리사의 의학적 작용은 케모마일이나 박하와는 전혀 다른 기전을 가지며 경련을 완화시켜 흥분을 진정시키는 진정효과를 가지고 있다. 따라서 신경성 위 질환 또는 신경성 흥분을 수반하는 위 노이로제에 사용하는 것이 바람직하다. 진정작용은 단순히 위에 작용하는 것뿐만 아니라 심장의 신경에도 작용하여 기능성 심장질환에도 좋은 효과를 나타낸다. 이 외에 구풍제, 진경제, 진정제로 사용하기도 한다.

적용 시에는 멜리사엽(*Melissae folium*)을 차 스푼 2개 정도 취하여 커피잔 1잔의 열탕에 넣고 10~15분 후에 여과 복용하며, 이 때 꿀을 넣어 복용하면 더욱 좋다. 또한 멜리사는 박하와의 배합으로 더욱 좋은 효과를 나타내는데, 여기에는 두 가지 이유가 있다. 첫째, 멜리사는 박하가 가지지 않는 진정작용을 가지고 있으며, 둘째로 멜리사가 들어가면 박하의 맛이 굉장히 상쾌해진다. 따라서 장기간 박하를 복용해야 할 경우 이 둘을 배합하는 것이 바람직하다. 배합 시에는 주로 동량을 사용하는 것이 좋고, 취침 전 차 스푼 2개 정도를 커피잔 1잔의 물에 넣어서 복용하면 좋다.

제형으로는 멜리사수, 멜리사유, 멜리사정이 있다. 멜리사수는 매우 가격이 저렴하며 다제를 대용하나 그 효과가 작다. 멜리사정은 외용으로 신경통, 두통, 편두통에 도찰<sup>1)</sup>하고, 불면 시에는 취침전 눈 밑에 바른다.

1) 도찰: 바르고 문지름

## 약사 Point

- **상호보완적 관계:** 상기 식물요법에 사용되는 3종은 상호보완적인 효능을 가지며 부분적으로 비슷한 효과를 가지고 있다. 케모마일의 경우 염증억제, 박하의 경우 발효 저지성, 멜리사의 경우 진정성 및 경련억제작용이 있다.
- **진단에 따른 독자적 사용:** 중요한 것은 각자 독자적인 약효를 가지고 있다는 것을 잊지 말아야 된다. 케모마일의 경우 위염(기질성 위 질환, 소화불량) 및 위궤양에, 박하는 담낭질환에, 멜리사의 경우 신경성 위 질환에 사용하는 것이 좋으며, 진단이 명쾌한 경우에는 단독으로 사용하는 것이 바람직하다.
- **간단하고 정평이 나있는 처방:** 박하엽과 멜리사엽을 1:1로 혼합하여 다제로서 복용하며 차 스푼 2개를 컵에 넣고 끓는 물을 넣어 15분간 방치한 후 여과하여 복용한다. 또한 케모마일의 경우 유동엑스 10~30 drop(정도에 따라)을 1/2컵 미온탕에 넣고 매일 아침 공복 시와 취침 전에 10일간 복용한다.
- **간단한 위염:** 차 스푼 1개의 케모마일 꽃을 컵에 넣고 끓는 물을 넣어 15분간 방치 후 매일 수회 복용한다.

### ■ 참고문헌 ■

Rudolf Fritz Weib, 1991, Lehrbuch der Phytotherapie, Hippokrates Verlag GmbH

