

알려진 신비한 약초

피를 맑게 만드는 은행나무



약력 · 김재황

고려대학교 농학과 졸업
시인, 식물연구가
한국문인협회 회원,
한국시조시인협회 회원,
미래시인회 회원

은 행나무는 수명이 길다. 우리나라도 수령 1천년이 넘는 나무들이 있어서, 천연기념물로 지정되어 보호를 받고 있다. 특히, 용문사 은행나무는 유명하녀, 나라에 홍사가 일어날 때에는 한두 달 동안이나 울음을 울었다는 전설을 지녔다.

은행나무는 그 이름도 많아서 ‘공손수(公孫樹)’, ‘압각수(鴨脚樹)’, ‘백과목(白果木)’, ‘행자목(杏子木)’, 등으로 부르기도 했다.

지금으로부터 약 1억5천만 년 전부터, 이 지구상에 분포하였을 것으로 추측하고 있다. 그 화석이 북아메리카, 그린란드, 시베리아, 영국, 오스트레일리아 등지에서 발견되었다. 지금은 우리나라와 일본, 중국에 분포한다. 중국이 원산지로 알려져 있다. 그러나 어느 학자는 은행나무의 원산지로 중국의 동해안과 한반도의 서해안인 황해도 연안을 꼽기도 한다.

은행나무는 튼튼한 나무다. 특히 내화성(耐火性)과 내한성(耐寒性)이 높다. 또한 생장이 빠르고 대기오염에 대한 저항성도 높다. 하지만 염분이 있는 토양이나 바닷바람에는 약하다.

은행나무는 암나무와 수나무가 따로 있다. 수나무는 물론, 열매를 맺지 못하는데, 암나무에 비해 가지가 바로 서고, 색깔은 약간 연한 녹색이다. 암나무는 수나무보다 잎의 색깔이 짙으며 가지가 옆으로 퍼지는 모습이다. 주의해서 보면, 전문가가 아니라도 구별할 수 있다.

은행나무는 세계적으로 1과 1속 1품종의 나무다. 하지만 화

석상으로는 적어도 12종이 있었다는 추정이 있으며, 지금은 몇 가지 원예품종이 알려져 있다.

즉, 가지가 드리워지는 능수은행나무, 잎에 황백(黃白)의 얼룩이 박혀 있는 얼룩은행나무, 큰 잎이 여러 갈래로 깊게 갈라지는 가세잎은행나무, 가지가 빗자루처럼 서고 수형이 '피라미드'을 닮은 피라미드은행나무 등이 있다.

서울에서도 흔히 볼 수 있는 은행나무는, 무엇보다도 그 잎의 노란 단풍이 곱다. 유럽종의 은행나무는 구릿빛 단풍물이 든다고 한다. 게다가 이 은행잎에서 피를 맑게 하고, 피의 순환을 원활하게 하는 약 성분을 추출한다. 더욱 놀라운 일은, 중국이나 일본의 은행나무 잎보다 우리나라의 은행나무 잎이 훨씬 약 성분이 높다는 사실이다. 외국의 은행잎보다 10~20배가 높다는 보고도 있었다.

은행나무의 열매인 '은행'은 옛부터 천식에 좋고 야뇨증에도 효과가 높은 것으로 알려져

있다.

은행에는, 신경조직의 성분인 레시틴과 비



타민 D의 모체가 되는 엘코스테린이 포함되어 있다. 그 때문에 성적감퇴, 뇌의 피로, 신경쇠약, 전신피로 등을 회복시켜 주며 동맥경화의 원인이 되는 콜레스테롤의 축적작용을 완화시켜 준다.

고혈압예방제를 만드는 개나리

개나리는 우리나라 특산식물이다. 금강산, 설악산, 구월산 등에 자생하는 '만리화'라는 개나리가 있다. 그리고 황해도 장수산에는 '장수만리화'가 있고, 북한산에는 '산개나리가'가 있다. 산개나리는 개나리에 비해서 약간 작은 모습인데, 꽃잎이 가늘고 얇다.

우리나라 이외에도 중국이 원산인 '중국개나리'와 일본이 원산인 '일본개나리'가 있으나, 꽃이 드물게 달리고 잘 뿐만 아니라, 빛깔조차 선명하지가 못하다. 그렇기에, 세계적으로 지금 재배되고 있는 개나리는 거의가 우리나라 개나리라고 말할 수 있다.

개나리는 물푸레나무과에 딸린 갈잎 떨기나무이다. 정원수나 울타리용으로 흔히 가꾸는데, 봄을 알리는 대표적인 꽃이다. 이른봄에 잎에 앞서 노란 꽃이 뽀뽀하게 피어난다. 키는 3m쯤 되고, 줄기와 원줄기와 겹가지의 구별이 없이 더부룩하게 모여 나서 비스듬히 위로 퍼진다. 어릴 때에도 꽃이 피는 속성한

나무이다.

높은 곳에 심었을 때는 그 줄기 끝이 아래로 향해서 자라지만, 낮은 곳에 심었을 때는 그 반대로 위를 향해서 자라는 성질이 있다.

개나리는 그늘에서도 자라기는 하나, 해가 잘 드는 곳에 심어야 좋은 꽃을 볼수 있다. 토질을 가리지는 않지만 건조한 것을 싫어하므로 배수가 잘 되면서 보수력을 지닌 사질양토에 심는 게 좋다.

개나리는 그 열매를 약용으로 쓰는데 생약명으로는 '연교(連翹)'라고 한다. 옛날에는 가을에 열매가 익는 대로 채취하여 햇빛에 말렸다가 사용하였다.

해독, 해열, 소염, 이뇨, 소종 등의 효능을 가지고 있다. 적응질환은 오한이 날때, 오줌이 잘 나오지 않을 때, 그밖에 여러 화농성 질환과 습진의 치료에 사용했다. 성분은 필립린의 입체이성체로 홀시딘의 배당체이다.

그런가 하면, 개나리 꽃도 약재로 사용한다. 꽃에는 루틴 성분이 들어 있어서 모세혈관을 튼튼하게 만들어 준다. 고혈압, 뇌일혈, 각종 출혈의 예방제로 쓰인다. 그밖에 비타민C의 체내산화방지, 이뇨작용, 항균작용, 항히스타민 작용 등이 보고되어 있다.

'동의보감'에서 언급하기를, '해열소염 작용이 있어서 배농해독, 살균의 공

효가 있으며 화농성염증, 요도염증 등에 신호하고 모세혈관의 저항력을 증가시켜서 모세혈관의 파괴와 중풍의 예방약이 되며 밖에서 침범하는 대장균, 포도상균 등에 강력한 항균작용을 가지고 있다고 전한다.

고운피부를 갖게하는복사나무

복사나무라 하면 복사꽃이요, 복사꽃이라 하면 '무릉도원(武陵桃源)이 생각난다. '무릉도원'이란 말은 중국 진(晉)나라 도연명(陶淵明)이 지은 '도화원기(桃花源記)'에 나오는 것인데, 중국 호남성 동정호(洞庭湖)의 서남쪽 무릉산 기슭 원강(元江)의 강변에 있다고 한다.

중국 진나라 때 호남무릉의 한 어부가 배를 저어 복숭아 꽃이 아름답게 핀 도림(桃林)으로 올라가, 어떤 굴 속에서 진(晉)나라의 난리를 피해서 온 사람들을 만났다. 그런데 그들은 바깥 세상이 그동안 얼마나 변했는지도 모르고 신선처럼 살고 있더라고 했다.

복사 나무는 앵두과에 딸린 중키나무이다. 중국 원산으로,



키는 3m쯤 자란다.

4월에 흰빛 또는 분홍빛의 꽃을 피운다. 그 꽃핀 모습이 얼마나 아름다운지, 천국에는 복사꽃이 만발해 있을 것이라고 사람들은 상상하곤 한다.

열매인 복숭아에는 당분이 많으며 대부분이 자당이다. 그밖에 유기산이 새콤한 맛을 낸다. 주석산, 구연산, 사과산 등이 있다. 과즙에는 비타민C를 비롯해서 비타민A와 B가 들어 있으며, 아미노산이 유리상태로 함유되었을 뿐만 아니라, 많은 아스파라긴산을 포함하고 있다.

복숭아의 향기는 개미산, 초산, 바레인산 등의 에스테르와 알코올류의 알데히드류가 뒤섞여서 생겨난다. 그리고 복숭아 씨에는 에몰론과 청산배당체 아마그다인등이 있다. 이 씨 안에 들어 있는 '도인(桃仁)'은 천식의 진해 거담약으로 사용한다.

민간에 전하기로는, 복숭아 씨를 가루로 만들어서 명주 주머니에 넣고는 큰 함치 속에서 더운 물과 함께 불린 후에, 그 물로 목욕을 하면 땀띠나 습진 등이 말끔하게 나아서 고운 피부를 간직할 수 있다고 한다. 그리고 옛날 궁중에서는 젊은 궁녀가 여름 땀띠에 살이 짓무르면, 복숭아 잎을 달여, 그 탕물로 목욕을 하도록 상궁들이 배려를 했다고 하니, 참으로 낭만을 지닌 나무이다. 더

군다나 미인의 큰 고민거리인 변비에는, 복숭아 꽃을 달인 물이 특효가 있다고 한다.

또 잎을 짓쪼어서 즙을 낸 후에 약수에 타서 마셔도 대소변이 순조로워진다고 한다.

이렇듯 좋은 복사나무이지만, 집안의 정원에는 심지 않은 나무로 알려져 있다. 그 이유는 복사나무가 귀신을 쫓는 힘을 가지고 있다고 믿었기 때문이다. 복사나무를 나타내는 '도(桃)'라는 글자는 임신과 생명의 탄생을 상징하는데, 그에 반해 귀신은 죽음을 다스리기에 그렇다는 말이다. 그래서 제삿상에도 복숭아는 올려놓지 않는다.

기관지염에 좋은 비파나무

제주도 서귀포에서 비파나무는 잘 자란다. 아무런 비료를 주지 않아도 낙엽만 많이 덮어주면 잘 자란다. 그 잎이 크고 탐스럽건만 어딘 영문인지 벌레가 끼지 않는다. 게으른 사람이 기르기에겐 안성맞춤의 나무가 아닐 수 없다.

비파나무는 장미과에 달린 늘푸른 큰 키나무이다. 큰 것은 키가 10m나 된다. 잎은 긴 달걀 모양이고 크며 가에는 톱니가 있고, 뒤쪽에 갈색 털이 보인다. 동남 아시아의 온대, 아열대 지방이 원산이다. 중국, 일본 등지에서는 과수로 재배한다고 한다. 꽃은 10월 중순 경에



피는데, 희고
원추 화서를
이룬다. 꽃이
라고 내보일
게 못된다.
하지만 그 꽃
이 겨울을 넘
기고 이듬해
여름이 되면,

동그란 황금빛 열매를 맺는다.

작 익은 열매는 그 껍질이 잘 벗겨지고, 그 과육의 맛은 새콤달콤하다. 단지 흠이라면, 그 열매의 크기에 비해서 씨가 너무 크다는 것이다.

비파나무는 잎에 약효를 지녔다. 만성 기관지염에 특히 효과가 좋다. 비파 잎을 끓인 물을 복용 후에는 기침이 현격하게 줄어들고 가래의 배출이 감소되며 호흡이 원활해진다. 그리고 목이 갑자기 쉬고 음성이 흐트러졌을 때, 생잎을 따서 끓여 목에 물고 있다가 조금씩 목구멍 속으로 넘기면 확실한 효과를 볼 수 있다.

그냥, 여름에 차로 끓여서 마시기도 하는데, 더위를 잊게 하고 소화에도 도움이 된다고 한다.

옛날부터 잎을 진해, 거담, 이뇨 등의 치료제로 썼으며 학질, 구토, 각기, 갈증, 주독 등에도 유효하다고 전한다. 이 밖에도 암(癌)에 대한 효능이 있다고

한다. 치료를 할 때에는 잎을 잘게 썰어서 자루에 담아 방석처럼 만든 다음에 그것을 환부에 두르고, 그 위에 토기에 넣고서 붉은 소금으로 얼마 동안 찜질을 하고 나서, 고무 보자기로 덮어 씌어 놓는 방법을 많이 사용했다는 기록이 있다.

또한 나력(癩瀝)이라고 하는 목 부분의 임파선 만성 종창에도 비파나무 잎 요법을 실시하면 큰 효과가 있다고 한다.

비파나무 요법이란, 비파나무 잎 주성분인 청산을 피부의 모공을 통하여 체내로 흡수시키는 방법이다.

즉, 비파나무의 나이 든 잎을 따서 형겅으로 깨끗이 닦아낸 후에 윤이 나는 표면 쪽을 불에 쪼는 다음, 이를 한 손에 한 장씩 들고 양손으로 열 번 가랑 문지른다. 특히 명치와 단전 부근을 정성을 들여서 마찰을 시킨다. 이러한 방법으로 배전체를 약 6~7분 동안 하고는 그 다음에 등뼈 위와 그 양옆, 어깨, 허리, 엉덩이 등을 문지른다. 배만 문지르는 데도 잎이 6~7장이 필요하다.

이 전체요법이 모두 끝나면, 국소요법이 시작된다. 예를 들어서 폐결핵이라면 가슴의 앞뒤 양면을, 목이 아프면 목과 경근(頸筋) 전체를, 젖에 병이 났을 때는 가슴과 겨드랑이를 문지른다.