

남자 만성피로의 형상의학적 고찰

이용태* · 박태숙¹

동의대학교 한의과대학 생리학교실 · 동의대학교 한방바이오연구센터, 1: 우리한의원

Study on Male Chronic Fatigue in Hyungsang Medicine

Yong Tae Lee*, Tae Sook Park¹

Department of Physiology · Biomedical Research Center of Oriental Medicine, College of Oriental Medicine, Dong-Eui University,
1: Woo Ri Oriental Clinic

Chronic fatigue refers to the tiredness which disturbs one's daily activities and lasts more than six months without the sign of improvement by rest or sleep. Male chronic fatigue is included in internal injuries due to overstrain and exhaustion and closely related to liver, spleen, stomach and kidney out of five Jang organs. Male chronic fatigue is based on the deficiency of Yang and aggravated by liquor, sex and emotional depression. Chronic fatigue has the following features in Hyungsang ; an inclination for lying; unwillingness to everything; drooping eyes and feeble voice; yellow pale complexion; withered ears; redness on the tip of nose; cheekbone, and lips; blood shot eyes; dryness and loss of hair. Male chronic fatigue usually attacks the persons of horse type and bird type because they are hyperactive compared with what they eat. The following medicines are commonly prescribed for the treatment of male chronic fatigue. Ssangwhatang, Sokunzungtang, and Yanghyulsamultang are commonly prescribed to horse type. Jaumkangwhatang, Chungsimyunzaum, Yookmijwhangtang to bird type. Palmiwhan, Gozinumja. and Shinkihwan to fish type. Bozungikkitang, Galwhahaesungtang, Samchulgunbitang and Sipjundaebotang to turtle type.

Key words : Chronic fatigue, Hyungsang medicine, horse type, bird type, fish type, turtle type

서론

疲勞는 臨床에서 흔히 접하는 症狀으로 어떤 活動을 계속하면 지치게 되고 휴식을 취하면 회복되는 體內 代謝變化를 말한다. 疲勞의 정도는 신체적으로 일상적인 활동과 밀접한 관계를 가지고 있으며 정신과 감정적 상태까지 疲勞와 연관된다.¹⁾ 대부분의 경우 疲勞는 일과적이고 환경적 요인에 의해 발생한 증상이어서 적절한 휴식으로 해소되지만 그 정도가 심하여 일상 활동에 지장을 줄 정도의 피로가 휴식이나 수면으로도 개선되지 않고 6개월 이상 지속될 경우 慢性疲勞라 한다.

慢性疲勞의 主要 症狀은 頭痛, 咽喉痛, 筋肉關節痛, 潮熱, 自汗, 盜汗, 鬱症, 睡眠障礙, 健忘, 怔忡, 胸痞症, 腹痛, 體重增加 및 減少, 發疹, 알러지성질환 등으로 肉體的, 體質的 및 神經心理的인 症狀과 관련되어 있다.²⁾

韓醫學에서는 肝主筋하고 肝者罷極之本이라 하여 肝이 疲勞

를 주관하는 臟器라고 언급하였으며³⁾ 《素問·調經論》에서는 有所勞倦하면 形氣衰少하고 穀氣不盛해진다고 하였고⁴⁾ 李는 《脾胃論》에서 喜怒不節하거나 起居不時하여 有所勞倦하면 皆損其氣하고 氣衰則火旺하여 乘脾土하므로 困熱無氣以動한다⁵⁾고 하여 中氣損傷을 疲勞의 중요한 요소로 보아 결국 과도한 활동으로 인한 肝과 脾胃氣의 虛損이 疲勞의 根源이 된다고 하였다.

한편 《素問·上古天真論》에서는 腎者主水, 受五臟六腑之精而藏之한다 하였고⁶⁾, 《東醫寶鑑·虛勞門》에서는 世人不知百病生於腎, 飲酒食肉後 醉飽入房하여 不謹節慾하면 妄爲傷精則

1) 송관규, 慢性疲勞症候群 류마티스건강학회지 vol.4, No.2, 1997
2) 廣州中藥大學, 慢性疲勞症候群의 中醫學 治療 510405
3) 洪元植, 黃帝內經 〈六節藏象論〉 p.55 肝者罷極之本, 魂之居也. 其華在爪, 其充在筋, 以生血氣, 其味酸, 其色蒼, 此爲陽中之少陽, 通於春氣.
4) 上揭書 p. 181 黃帝曰, 陰虛生內熱奈何. 岐伯曰, 有所勞倦, 形氣衰少, 穀氣不盛, 上焦不行, 下脫不通, 而胃氣熱, 熱氣熏胸中, 故內熱.
5) 李東垣外 五名, 東垣十種醫書 p.74 喜怒不節起居不時有所勞倦皆損其氣氣衰則火旺火旺則乘脾土脾主四肢故困熱無氣以動懶於言語動作喘乏表熱自汗心煩不安當安心靜坐以養其氣以甘寒瀉其熱火酸味收其散氣甘溫調其中氣
6) 洪元植, 黃帝內經 p. 25 腎者主水, 受五臟六腑之精而藏之, 故五藏盛乃能寫.

* 교신저자 : 이용태, 부산시 부산진구 진리1로 10 동의대학교 한의과대학
· E-mail : ytleee@deu.ac.kr, · Tel : 051-850-8635
· 접수 : 2005/03/25 · 수정 : 2005/04/29 · 채택 : 2005/06/01

腎水空虛⁷⁾해져서 虛勞의 常症⁸⁾과 虛熱의 증상⁹⁾이 나타나므로 腎水不足 또한 疲勞의 원인이 됨을 밝혔다.

男子는 陽에 속하여 氣를 얻어도 흠어지기 쉽고, 술과 房勞過度로 인하여 精氣를 消耗할 경우가 많으며 시대적 상황과 職業의 특성에 따라 疲勞를 累積시키는 環境에 살고 있으므로 적절한 攝生과 治療를 소홀히 하여 疲勞가 지속되면 慢性疲勞를 유발하게 된다. 따라서 慢性疲勞는 精氣神血의 運行不利, 五臟六腑의 機能失調 및 內的條件인 飲食, 居處, 陰陽, 喜怒에 상응하지 못할 때 야기된다고 볼 수 있다. 일반적으로 慢性疲勞의 증상과 관련된 形象의 特徵은 자주 눕기를 좋아하고 매사에 의욕이 없어지며 눈동자와 목소리에 힘이 없고 얼굴이 萎黃하다. 그리고 귀가 焦枯해지며 코끝과 顴骨, 입술이 잘 붉어지고, 눈이 잘 充血되며, 머리카락이 건조해지고 잘 빠지는 것으로 요약된다. 形象醫學에서는 精氣神血, 五臟六腑, 身形 및 六經의 形象의 特徵과 이를 종합한 統體的 分類인 走鳥魚甲類를 중점적으로 파악하여 임상에 활용한다.

이에 著者는 男子의 慢性疲勞에 대한 臨床例를 走鳥魚甲類로 분류하여 적용한 바 유의한 결과를 얻었으므로 이를 보고하고자 한다.

본 론

1. 男子 慢性疲勞의 原因

慢性疲勞는 飲食과 居處로 생성된 精氣神血을 과다하게 소모하여 일상생활을 영위하는데 지장을 초래할 정도의 心身異常狀態를 말한다. 韓醫學에서는 勞倦傷, 虛勞, 五勞, 六極, 七傷 등이 그 범주에 속하며 勞倦傷은 다시 勞力, 勞心, 房勞傷으로 나누어 볼 수 있는데 勞力傷은 순전히 氣를 傷하는 것이요, 勞心傷은 心을 勞傷하는 것으로 血傷을 兼하는 것이요, 房勞傷은 腎을 傷하니 勞倦과 더불어 같은 것이라고 하였다.

虛勞는 勞倦이 더욱 진행되어 皮毛, 肌肉, 筋脈, 骨髓, 氣血, 津液이 모두 부족한 상태를 말하며, 五勞는 肝心脾肺腎의 精神的, 肉體的 病理가 일어나는 五臟 段階의 虛勞이고, 六極은 筋骨氣血肉精의 虛損으로 五臟과 연관되어 手足에서 드러나는 虛勞의 증상이다. 또한 七傷은 五勞, 六極의 病症을 지나 小便과 땀이 조절되지 못하여 人體의 根源인 精이 損傷된 極甚한 虛勞에 속한다.

現代의 男性은 시대적 상황과 직업의 특성에 따라 運動不足, 過營養, 睡眠不足, 過度한 飲酒와 性生活, 심각한 精神的 갈등 및 컴퓨터로 인한 과도한 視力消耗 등으로 慢性疲勞를 야기시키는 환경에 살고 있다. 過營養과 運動不足은 生活의 法度中 飲食의 法度を 어기는 것이고, 과도한 視力消耗과 睡眠不足은 居處의 法

度를 어기는 것이며, 심각한 精神的 갈등 및 過度한 飲酒와 性生活은 陰陽과 喜怒의 法度を 어기는 것이다. 이와 같이 生活의 法度を 장기간 지속적으로 어기게 될 때 관련된 臟腑를 損傷시켜 결국 勞倦傷을 거쳐 五勞와 六極에 이르게 되는 것이다.

2. 男子의 形象의 特徵

人體는 精氣神血, 五臟六腑, 身形, 經絡으로 구성되어 운행되고, 內外的 與件에 따라 肥瘦黑白長短剛柔의 양상으로 변화한다.

남자는 乾卦(☰)를 근본으로 생성되는데 형상을 갖출 때는 坎卦(☵)로 이루어진다. 坎卦는 二陰一陽으로 구성되는데, 形으로 볼 때는 二陰에 속하여 形盛氣衰하기 때문에 肥하고 長하며, 象으로 볼 때는 一陽 즉 乾卦에서 받은 眞陽의 性情을 발현하여 剛하고 黑하게 나타난다. 그러므로 男子의 形色과 性情의 特徵은 黑長肥剛하다고 볼 수 있다.

陰陽氣血의 측면에서 男子는 陰盛陽虛, 血盛氣虛로 볼 수 있으며 《東醫寶鑑·氣門》의 用藥法에 男子는 陽에 속하여 氣를 얻어도 흠어지기 쉬우므로 氣를 고르게 해서 皮를 補하여야 한다고 하였고, 年老하면 無子가 되는 경우에서 男子는 腎氣 위주로 변화됨을 언급하였으므로 補氣와 補精이 우선 됨을 알 수 있다. 또한 五臟의 입장에서 男子는 氣 運行이 우선 되므로 生氣와 行氣를 주관하는 肺腎 위주로 구성되었으며, 耳目口鼻에서 耳鼻, 軀에서 後面이 발달된 燥한 形象을 나타낸다.

朱丹溪는 皮膚色이 희면 肺氣가 虛하고 검으면 腎氣가 充分하다고 하여 사람마다 形色과 臟腑가 다르므로 外部 症狀은 같아도 治法은 확연히 다르다고 하였다. 이로 볼 때 男子는 陰盛陽虛의 特徵을 가지고 있으므로 그 病理가 氣의 循環 障礙로 인한 濕痰이 형성되어 慢性疲勞를 유발하는 경우, 陽에 속하여 흠어트리기를 좋아하므로 陽氣의 과도한 消耗, 즉 과도한 活動으로 少氣의 증상을發하는 경우, 精을 위주로 하므로 精을 과도하게 소모하여 精虛의 症狀을 나타내는 경우, 筋骨形에 속하여 臟腑로 보면 肺腎形이므로 筋骨을 과도하게 사용하여 肺病症과 腎病症을 동시에 일으키는 경우, 頭大身小하므로 頭大의 특징으로 과도한 謀慮로 인하여 腦髓의 消耗이 일어나고, 圓方으로 볼 때 圓의 特性으로 活動이 과다하므로 精血을 많이 消耗하여 虛勞를 유발하는 경우로 각각 살펴볼 수 있다. 이러한 形象의 特徵에 따라서 慢性疲勞가 유발되면 자주 눕기를 좋아하고 매사에 의욕이 없어지며 눈동자와 목소리에 힘이 없고, 얼굴이 萎黃하며, 귀가 焦枯해지고, 코끝과 顴骨, 입술이 잘 붉어지며, 눈이 잘 充血되고, 머리카락이 건조해지고 잘 빠지는 일반적 症狀이 나타난다.

3. 走鳥魚甲類

形象醫學에서는 사람을 天稟의 특성에 따라 走(木), 鳥(火), 魚(水), 甲類(金)로 구분한다. 《素問·五常政大論》에서는 天地自然間에 五行의 特性을 띄고 태어난 毛蟲(木), 羽蟲(火), 裸蟲(土), 介甲蟲(金), 鱗蟲(水)등이 있다고 하였다. 韓은 《易學原理講話》¹⁰⁾에서 四象은 外的이고 靜的인 有形, 즉 不動的인 形象의 分別相을 의미하고 五行은 內的이고 動的인 性質, 즉 自然활동의

7) 許浚, 對譯東醫寶鑑 p. 1167 世人惟知百病生於心而不知百病生於腎飲酒食肉醉飽入房不謹節慾妄爲傷精則腎水空虛不能平其心火心火縱炎傷其肺金是絕水之源金水衰虧不能勝其肝木肝木盛則剋脾土而反生火火獨旺而不生化故陽有餘陰不足獨熱而不久矣.

8) 上揭書 p. 1168 凡飲食減少精神昏短遺精夢泄腰背胸脇筋骨引痛潮熱自汗痿盛咳嗽是虛勞證也.

9) 上揭書 p. 1101 不能食而熱自汗氣短者虛熱也以甘寒之劑瀉熱補氣脈虛弱無力者是已(東垣) ○五藏陰也所主皆有形骨肉筋血皮毛是也此五藏皆陰足陰足而熱反勝之是爲實熱若骨壞肉糜筋緩血枯皮聚毛落者陰不足而有熱疾是虛熱也(海藏)

10) 韓圭性, 易學原理講話 p. 130~132 四象과 五行의 相互關係

性質의 分別相을 의미하는 말인데 四象에 中心인 生命處를 더하면 五行성이 되고 五行에서 中心을 없애면 四象이라는 形象이 된다고 하였으며, 性能의 分別相인 五行이 現象界에 有形으로 드러날 때에는 中央土는 바탕이 되어 나타나지 않고 木火金水の 四有形으로 分派되는 것이라고 하였다. 이와같이 生命體가 四有形으로 分派되어 나타나는 경우는 주로 形態의인 側面으로 드러나며 五有形으로 分派되어 나타나는 경우는 주로 機能의인 측면으로 드러나게 된다. 따라서 四有形으로 나타나는 경우를 살펴보면 形態와 形態에 따른 機能, 機能에 따른 性情, 性情에 따른 色이 각각 나타나게 되고 이들 形態, 機能, 性情, 色이 統合되어 각각 하나의 統體로 나타나게 되니 이는 곧 生命體 分類方法중 하나인 類 즉 走類, 鳥類, 魚類, 甲類로 분류되어 진다.

이에 대한 세부적인 項目을 살펴보면 다음과 같다.

1) 走類(木體)

- 키가 크며 얼굴이 길고 푸른빛이 돈다.
- 눈초리가 올라간 편이며 코가 발달하여 냄새를 잘 맡는다.
- 털이 많고 머리카락이 뺏뺏하며 눈썹이 진하다.
- 다리와 측면이 발달하여 走行과 足先動하는 性質이 있으므로 운동선수가 많다.
- 목소리가 크고 柔한 체질이나 多血質로 忿怒를 잘한다.
- 有情하고 仁慈하여 자식을 아끼고 사랑하며 남의 사정을 잘 들어준다.
- 智慧로우며 꿈이 있는 생각을 많이 한다.

2) 鳥類(火體)

- 얼굴이 화사하고 웃기를 잘하며 눈이 둥글고 발달되었다.
- 입이 작고 顴骨이 붉은 편이며 윗입술이 튀어 나왔다.
- 가슴이 나오고 어깨가 발달하여 肩先動한다.
- 말이 많고 飛上하는 性質이 있으므로 높은 곳을 좋아하며 지기를 싫어하고 直線의이며 곧다.
- 허리 다리가 가늘고 엉덩이가 작으며 熱이 많아 便秘가 잘 온다.
- 火의 氣運을 가지고 있으므로 여름과 더위를 싫어하며 溫度變化에 敏感하다.
- 예의 바르고 多情하며 약속을 잘 지키고 더러운 꼴을 못 보며 理智의이라 냉철할 때는 굉장히 냉철하다.

3) 魚類(水體)

- 입술이 두텁고 눈이 둥근 편이며 말이 없다.
- 아랫입술이 나오고 입이 발달하여 맛을 잘 알고 살이 찐 편이다.
- 手足이 짧으며 엉덩이가 크고 尾先動한다.
- 潛行하는 性質이 있어 沈降, 潤下하는데 狀況에 따라 변화한다.
- 피부색이 검으면 精力과 體力이 좋으며 겁이 많은 편이다.
- 直觀의으로 순간적 판단이 예리하며 利己의이고 無情하다.
- 머리가 좋아 급할수록 머리 회전이 빨라지며 能變한다.

4) 甲類(金體)

- 얼굴이 각지고 顴骨이 튀어나온 편이며 목이 짧다.
- 이마에 주름이 많고 귀가 크며 聽覺이 발달하여 소리를 잘 듣는다.
- 皮膚가 흰 편이며 두텁고 등이 발달하여 구부정하며 背先動

한다.

- 飛躍을 전제로 隱伏하는 특징이 있다.
- 感動에 민감하여 悲哀가 많고 思索形으로 우울해 보인다.
- 有性하여 큰일에 本性을 드러내며 틀리면 잘 따진다.
- 寡黙하고 靈感이 발달되었으며 義理가 있다.

이를 요약하면 다음 도표와 같다.11)

類 \ 段	8	6	7	9
五行	木	水	火	金
類別	走類	魚類	飛類(鳥類)	甲類
一段	毛	鱗	羽	甲
二段	走行	潛下	飛上	隱伏
三段	足先動	尾先動	肩先動	背先動
四段	肝大	腎大	心大	肺大
五段	多怒	多恐	多喜	多哀
六段	聲大	無聲	多語	寡語
七段	鼻發達	口發達	目發達	耳發達
八段	多情	無情	有情	有性
九段	慧智	直覺	理智	靈感
十段	仁愛	能變	禮度	義貞

4. 臨床例 및 考察

1) 走類

(1) 임상례 1 - 배○○ 남자 40세

【來院日】 2000. 11. 11

【形色】 얼굴이 길고 陽盛陰虛形. 天垂象으로 검고 마른편. 法令에 주름.

【脈】 90 / 92

【症】 헬스클럽에서 과도한 운동과 汗出 후 허벅지 종아리 팔뚝의 근육이 아프다. 아침에 일어나기 힘들고 手足麻木感이 있다. 盜汗症狀이 있고 小便이 黃濁하다. 3개월 동안 체중이 6kg 감소하였다. 사업관계로 신경을 많이 쓰며 잠을 충분히 자지 못한다.

【治療 및 經過】 雙和湯 加 知母 黃柏,

2001.1.5 근육통이 경감되어 雙和湯 加 知母, 黃柏 再投與, 脈: 86-84

2001.1.23 脈 82-84 그대로 投藥

2001.2.7 脈 84-84 滋血養筋湯 投與

【考察】 : 이 환자는 얼굴이 긴 편이므로 走類에 해당된다고 볼 수 있다. 走類는 肝의 왕성한 活動으로 肝氣를 損傷하기 쉬운데 직업상 제대로 잠을 자지 못하고 勞心하여 陰血을 補充하지 못한 상태에서 과도한 運動으로 汗을 많이 흘려 津液이 筋과 髓을 滋養하지 못한 관계로 筋肉痛과 手足麻木感이 나타난 것이다. 盜汗과 小便이 黃濁해진 증상은 肝의 運行이 過極하여 濕熱이 調節되지 못한 發顯象이다. 그러므로 肝의 陰血을 補하고 汗이 나는 症狀을 치료하며 精神的 肉體的으로 過勞하여 氣血을 모두 傷한데 쓰는 雙和湯에 知母 黃柏을 加하여 濕熱을 調節하였다. 그리고 陰血이 不足해지기 쉬운 陽盛陰虛形이 무리한 運動과 發汗으로 인하여 筋肉이 萎弱해지고 허벅지 통증이 심해졌으므로 滋血養筋시키는 滋血養筋湯을 處方하였다.

(2) 임상례2 - 전○○ 남자 23세

【來院日】 2000. 3. 10

【形色】 얼굴 색이 萎黃하고 코가 길다. 눈 밑이 푸르며 手掌

11) 上揭書 p.144

이 靑冷하다. 腹直筋 拘攣과 口唇이 乾燥하다.

【脈】 80 / 82

【症】 긴장하면 腹痛, 泄瀉가 잘 생긴다. 手足掌에 땀이 많고, 鼻塞症이 있으며, 口唇이 잘 마른다. 아침에 일어나기 힘들고, 다리가 자주 아프다.

【治療 및 經過】 黃芪建中湯

2000.3.27 脈: 82-82 腹痛 泄瀉가 많이 해소되어 再投藥

【考察】 黃芪建中湯은 小建中湯에 黃芪를 加한 處方으로 虛勞로 인한 氣虛自汗과 裏急腹中痛, 夢寐失精, 四肢疼痛, 咽乾口燥 등을 치료하는 藥이다. 面色이 萎黃하고 눈 밑에 푸른색이 드러난 것, 鼻塞, 다리가 아픈 증상 등은 走類의 肝氣가 不足하여 나타난 病症이며, 腹直筋 拘攣과 口唇乾燥는 잦은 泄瀉의 手足汗出로 인한 津液不足 현상이다.

(3) 임상예3 - 박○○ 남자 36세

【來院日】 2000. 5. 13

【形色】 털이 많고 눈썹이 진하며 顴骨에 기미가 끼었다.

【脈】 70 / 74

【症】 肩背頸項痛, 右胸脇痛, 膝酸痛을 호소하였다. 自汗症과 足掌汗, 囊濕症이 있다. 먹는 것에 비해 過度한 勞動을 한다.

【治療 및 經過】 雙和湯 加 知母, 黃柏, 羌活, 防風, 天麻, 細辛, 桂枝

2000.6.5 어깨痛症이 약간 減少하였으나 努力過多로 頸項 膝痛은 여전하였다. 맥 72-72 雙和湯 加味方 再次投與

【考察】 이 환자는 눈썹이 진하고 털이 많은 走類에 해당되는데 털과 눈썹이 많은 것은 血氣가 旺盛하다는 것을 의미하며 血氣의 공급이 원활하지 못할 경우 濕熱이 鬱滯되기 쉬워 全身의 發汗症狀이 나타났다. 과도한 勞力으로 인한 陰血不足으로 筋肉과 關節이 津液의 공급을 받지 못하여 각종 關節痛을 유발하였다. 雙和湯은 心力過度로 氣血을 傷한데 쓰는 處方이고 加味한 藥物들은 全身關節을 풀어주는 作用을 한다.

(4) 임상예4 - 이○○ 남자 23세

【來院日】 2001. 5. 9

【形色】 눈썹이 진하고 口唇이 赤하며 乾燥하다. 눈동자와 목 소리에 힘이 없다.

【脈】 80 / 76

【症】 杯滿 嘈雜症狀과 胸悶痛이 있다. 面上熱感과 便秘 眩暈症이 잘 생긴다. 신경이 예민한 편이며 자고 나면 承筋穴 주위에 痛症이 일어난다. 腹直筋이 긴장되어 있다.

【治療 및 經過】 養血四物湯

2001.6.7 嘈雜症狀과 胸悶痛이 輕減되었다. 脈:80-80 養血四物湯 再投與

【考察】 養血四物湯은 눈썹이 진한 走類의 血虛嘈雜症에 주로 쓰는 藥으로 脾胃에 陰血이 不足되어 嘈雜 杯滿症狀이 나타난 것이다. 血虛有火한 體質이므로 口唇亦乾燥 症狀과 眩暈, 面上熱感, 便秘, 腹直筋 緊張, 承筋穴 주위의 痛症이 생긴 것이다. 눈썹이 진하면 少氣多血하다. 血氣가 盛하여 머리가 좋고 勞力을 과다하게 하므로 마음이 항상 편하지 않기 때문에 消化가 안 되는 것이다. 즉 思慮過多가 心血을 傷한 心嘈症으로 볼 수 있다. 嘈雜

症에서 주린 것 같으면서 주리지 않고 痛한 것 같으면서 痛하지 않는 것은 神經性이란 뜻이다.

《小結》

走類는 五行中 木에 속하며 그 形相의 特徵은 코와 側面, 手足이 발달되었고 行動이 민첩하며 多血質로 忿怒를 잘 일으킨다. 走類의 慢性疲勞는 肝氣虛損과 연관되어 面無血色, 筋腱의 疼痛, 痙攣, 目暗 症狀을 유발하였고, 心力過度와 陰血不足으로 인한 眩暈, 自汗, 盜汗, 便秘 症狀으로 나타났다. 따라서 心力俱勞로 氣血을 損傷한데 쓰는 雙和湯, 血病을 通治하는 四物湯, 肝氣를 조절하여 建中시키는 小建中湯과 그 加味方을 주로 활용하였다.

2) 鳥類

(1) 임상예5 - 황○○ 남자 41세

【來院日】 2001. 4. 26

【形色】 검고 마른 편이며, 顴骨과 口唇이 붉고 얇다. 눈이 充血되어 있다.

【脈】 72 / 72

【症】 胸痞症이 있으며 마른기침을 자주 한다. 背心痛과 腰痛이 있다. 盜汗과 便秘症狀이 있다.

【治療 및 經過】 滋陰降火湯

2001.5.16 眼充血, 便秘, 乾咳嗽, 盜汗 症狀이 감소되었다. 脈: 70-70 滋陰降火湯 再投與

【考察】 口唇과 顴骨이 붉다는 것은 陰虛火動하여 潮熱이 있다는 뜻이다. 背心痛, 乾咳嗽, 腰痛, 盜汗, 便秘, 眼充血 등은 性生活過度로 精血이 消耗되어 陰虛火動症을 일으킨 것이다. 따라서 面赤脣紅하고 大小便이 赤澁하며 潮熱, 盜汗, 腰痛 등 症을 다스리는 <火門>의 滋陰降火湯을 處方하였다.

(2) 임상예6 - 김○○ 男子 43세

【來院日】 2002. 6. 10

【形色】 天垂象으로 面赤하며 鼻頭가 붉은 편이다.

【脈】 86 / 85

【症】 가슴이 답답하고 은은하게 아픈 症狀이 자주 온다. 항상 疲勞하며 腰痛과 性機能 減退를 호소한다. 過飲으로 大小便이 시원하지 않으며 추위를 많이 탄다.

【治療 및 經過】 清心蓮子飲

2002.6.27 面赤과 胸悶痛이 消失됨 脈:82-80 滋陰降火湯 投與

2002.7.11 腰痛과 大小便不利症이 減少됨 脈:84-84 滋陰降火湯 再投與

【考察】 얼굴과 코끝이 붉다는 것은 색이 드러나는 경우로 臟腑病이며, 특히 얼굴자체가 붉은 것은 心臟과 관련된 病이라는 의미이다. 清心蓮子飲을 投與하여 面赤이 많이 없어졌으며 胸悶痛과 疲勞, 추위를 타는 症狀이 개선되었다. 코끝이 붉고 腰痛과 性機能이 減退하며, 大小便이 不利한 症狀 등은 酒色으로 인하여 腎虛熱이 발생한 것이므로 火體, 鳥類의 基本方인 滋陰降火湯을 투약하여 좋은 效果를 보였다.

(3) 임상예7 - 임○○ 남자 62세

【來院日】 2000. 4. 28

【形色】얼굴이 붉은 편이며, 특히 印堂 주위와 顴骨 鼻頭가 붉다. 입술이 얇다.

【脈】78 / 78

【症】小便短少症이 있으며 자다가 小便을 수 차례 본다. 입이 말라 물을 많이 마시고, 暴酒를 잘 하며, 최근 체중이 3kg 감소함. 성격이 급하여 말을 빨리 한다.

【治療 및 經過】老人腎氣丸

2000.6.2 夜間小便頻數症과 口乾症이 好轉됨 脈: 78-76 老人腎氣丸 再投與

【考察】이 환자는 面赤과 입술이 얇은 것이 특징인 鳥類로 口乾, 小便短少, 夜間小便頻數症 등은 老人의 건강 상태를 파악하는 가장 중요한 척도가 된다. 즉 精血이 같이 消耗되어 體重減少와 함께 입이 마르고 津液이 小便으로 遺泄되는 老衰 症勢가 나타난 것이므로 小便을 정상화시켜 津液不足으로 인한 虛勞와 陰虛火動症이 진행되는 것을 방지하여야 한다. 따라서 肺의 根源을 滋養하고 肝腎을 補하며 治痰과 血虛發熱을 치료하는 腎氣丸에서 澤瀉를 빼고 白茯苓과 益智仁을 加한 老人腎氣丸을 투여하였다.

(4) 임상예8 - 최○○ 남자 25세

【來院日】2001. 4. 13

【形色】눈가의 주름이 많으며 잘 웃는다. 입술이 붉으며 顴骨이 발달된 陽盛陰虛形. 地關부위에 化膿性 여드름이 많다.

【脈】78 / 80

【症】地關과 項背部에 化膿性 여드름이 많이 생긴다. 腰痛과 足掌熱感이 있다.

【治療 및 經過】六味地黃湯 加 知母 黃柏

2001.4.30 腰痛과 足掌熱感이 減少됨 脈:78-78 六味地黃湯 加 知母 黃柏 再投與

【考察】얼굴이 붉고 잘 웃으며 눈가에 주름이 많은 것은 火體의 특징이다. 顴骨이 발달된 것은 腎이 큰 것인데, 腎이 骨髓를 주관하므로 火體인 이 환자는 腎水氣를 滋養하지 못하면 陰虛火動症을 일으키기 쉽다. 腰痛, 足掌熱, 脣赤, 項背와 地關部位의 化膿性여드름은 腎陰不足과 그에 따른 熱의 發顯象이다. 따라서 腎水를 滋補하는 六味地黃湯에 知母黃柏을 加하여 心腎의 水火關係를 조절하였다.

《小結》

火體인 鳥類는 熱이 많고 가슴이 나왔으며, 눈과 어깨가 발달한 반면 허리, 다리가 가늘고 잘 웃으며 社交的이다. 鳥類의 疲勞는 胸悶痛, 面赤, 眼充血, 潮熱, 盜汗, 腰痛, 便秘, 小便赤澀 및 短少 등의 症勢가 있으므로 滋陰降火湯, 清心連子飲, 六味地黃湯 加味方으로 心腎의 水火關係를 조절하여 치료하였다.

3) 魚類

(1) 임상예9 - 김○○ 남자 47세

【來院日】2001. 12. 17

【形色】키가 작고 입술이 두툼하다. 배가 나오고 엉덩이가 크다.

【脈】74 / 76

【症】勞力과 思慮過多로 항상 疲勞하다. 食後倒飽症이 있음

며 疲勞할 때 過飲할 경우 血便을 자주 본다. 성격이 급하고 짜증을 많이 낸다.

【治療 및 經過】升陽除濕和血湯, 八味丸

2002.1.5 血便이 좋아짐 八味丸 投與 脈:72-70

【考察】이 환자는 입술이 두툼하고 엉덩이가 큰 전형적인 陰盛陽虛形 魚類로 勞心과 勞力이 과다하여 氣不足 현상으로 食後倒飽症이 나타났다. 脈이 大腸에 떨어진 것은 大腸機能의 運行不利를 의미하며 疲勞時 과도한 飲酒로 大腸에 濕熱이 조성되어 血便을 자주 본 것이다. 1차로 大腸의 濕熱을 풀어주는 〈後陰門〉의 升陽除濕和血湯을 쓰고, 그 다음에 魚類의 陽氣不足을 치료하는 八味丸을 투여하였다.

(2) 임상예10 - 박○○ 남자 52세

【來院日】2000. 9. 18

【形色】얼굴이 붉은 편이며 입술이 두툼하다. 배가 나오고 차다. 이마가 벗겨지고, 눈썹이 진하다.

【脈】64 / 60

【症】腸鳴 症狀과 泄瀉를 잘 한다. 항상 疲勞하며 허리가 아프다.

【治療 및 經過】八味丸

2000.10.23 腸鳴泄瀉症이 好轉됨 脈:60-60 八味丸 再投與

【考察】똥똥하고 배가 큰 陰盛陽虛形 魚類로 얼굴이 붉고 배가 차며 腸鳴, 泄瀉가 잘 나고 脈이 腎에 떨어진 形色脈症은 下元의 元陽이 衰弱해진 命門火衰에 속한다. 비유하면 술 안에 여러 가지 穀食을 넣고 술 밑에 불을 때지 않으면 온종일 있어도 穀食이 익지 않는 것과 같은 현상이다. 따라서 下元의 陽氣를 補充하여 腸鳴泄瀉를 치료하는 八味丸을 투여하였다.

(3) 임상예11 - 김○○ 남자 60세

【來院日】2001. 6. 5

【形色】입이 크고 法舍에 주름이 깊다. 面白하며 鼻頭가 붉다.

【脈】70 / 70

【症】過飲 過勞로 睡眠이 부족하여 疲勞하다. 手足煩熱感과 關節不利가 있다. 下肢無力과 盜汗, 乾咳嗽, 口乾 症狀이 있다.

【治療 및 經過】固眞飲子

2001.8.12 下肢無力과 盜汗 乾咳嗽 口乾症狀이 好轉됨 脈:76-74 固眞飲子 再投與

【考察】法舍에 주름이 깊게 패이고 입이 큰 이 患者는 腎精이 不足한 魚類에 속한다. 코끝이 붉으며 항상 疲勞하고 盜汗, 下肢無力, 手足의 關節不利와 煩熱感, 乾咳嗽 등의 形症은 陰血不足에 기인한다. 固眞飲子は 陰陽氣血이 부족하여 五心煩熱하며 潮熱, 自汗, 盜汗症이 있으며 精氣가 滑脫하고 行步가 無力하며 기침 가래가 많으면서 勞瘵가 되려는 것을 다스리는 藥으로 이 患者의 形症에 그대로 적용된다.

(4) 임상예12 - 정○○ 男子 22세

【來院日】2000. 4. 14

【形色】피부가 검고 마른 편이며 눈썹이 진하다. 法舍에 주름이 있다. 머리카락이 건조하며 눈동자와 목소리에 힘이 없다.

【脈】88 / 88

【症】腰痛과 足掌熱感, 盜汗症狀이 있다. 손이 떨리고 耳鳴,

胸悶症이 있다. 自汗과 手掌汗症이 있다. 공익근무요원으로 밤잠이 충분하지 않으며, 3년 전 권투선수생활 때 10kg 체중감량을 한 적이 있다.

【治療 및 經過】四物湯 加 知母, 黃柏, 人參, 白朮, 黃芪

2000.4.3 腰痛, 盜汗症이 좋아짐 脈:84-82 四物湯 加味方 再投與

【考察】陽盛陰虛形 魚類인 이 患者는 精血과 津液의 不足이 本病에 해당되는데 睡眠不足과 심한 體重減量으로 인한 陰虛不足이 이러한 증상을 초래하였다. 腰痛, 足掌熱, 盜汗은 陰虛에 속하며 눈동자와 목소리에 힘이 없는 것과 自汗 手掌汗症은 氣虛에 속하고, 손떨림과 耳鳴, 胸悶症은 心腎의 水火調節이 되지 않아 나타난 증상이므로 《東醫寶鑑·津液門》의 盜汗症에 쓰는 四物湯 加 知母, 黃柏, 人參, 白朮, 黃芪를 處方하여 陰虛火動과 氣血虛弱을 兼治하였다.

《小結》

수에 속하는 魚類는 鳥類와 대비되는 形象으로 手足이 짧고 입과 배 엉덩이가 발달되었으며 겁이 많고 小心한 性格이다. 魚類는 陰盛陽虛의 病症과 함께 五臟 中 腎精不足과 命門火衰에 기인되는 질환이 多發한다. 즉 氣不足으로 인한 食後倒飽와 腰膝關節不利, 腸鳴泄瀉, 潮熱, 自汗, 盜汗, 五心煩熱, 耳鳴 等症을 유발하였으므로 八味丸, 固真飲子, 四物湯加味方을 주로 處方하였다.

4) 甲類

(1) 임상예13 - 조○○ 男子 35세

【來院日】2000. 3. 15

【形色】面白. 氣科. 胸廓이 함몰.

【脈】72 / 74

【症】生冷物(회, 찬 맥주)을 먹으면 온 몸에 赤疹이 돋는다. 식사 후 大便을 보며 腸鳴, 泄瀉가 자주 있다. 鼻塞, 鼻流涕症이 있다.

【治療 및 經過】調中益氣湯

2000.5.4 赤疹과 腸鳴泄瀉가 好轉됨. 脈:70-72 補中益氣湯 季節方¹²⁾ 投與

【考察】氣科 甲類는 心肺의 氣가 不足하거나 鬱滯되면 다양한 病症이 유발된다. 가슴이 함몰된 이 患者는 胸腹部의 氣 運行이 不利하여 鼻塞, 鼻流涕, 腸鳴泄瀉와 함께 全身發疹 증상을 유발하였다. 따라서 內傷症에 大便이 飢泄하고 때로 白膿이 나오는 증상과 蚊跡疹子와 같은 內傷發斑症을 다스리는 調中益氣湯을 處方하였다. 그리고 外感 內傷은 病의 大關鍵인데 內傷症은 元氣를 補하는 것을 주로 하면서 挾症을 살펴 藥을 兼用하라 하였으니 內傷에 外感を 낀 症인 鼻塞, 鼻流涕를 치료하는 補中益氣湯 季節方을 투여하였다.

(2) 임상예14 - 주○○ 男子 50세

【來院日】2001. 7. 9

【形色】太陰形. 顴骨에 기미와 얼굴측면에 때가 끼었다. 面浮澤.

【脈】74 / 78

【症】아침에 일어나기 힘들다. 過飲할 경우 嘔吐, 泄瀉를 잘 한다. 自汗 症狀과 食欲不振, 無氣力, 口渴 症이 있다.

【治療 및 經過】葛花解醒湯

2001.7.29 嘔吐, 泄瀉 症狀이 개선되었다. 脈:72-73 清暑益氣湯 投與.

2001.8.17 脈:80-80 清暑益氣湯 再投與

【考察】太陰形인 이 患者는 평소 과도한 飲酒로 인하여 脾胃의 濕이 運行되지 못하고 大腸에 濕熱이 생겨 面浮澤하며 顴骨과 얼굴측면에 기미가 나타났다. 嘔吐와 泄瀉 症狀은 酒傷으로 생긴 것으로 陰盛陽虛形에 쓰는 葛花解醒湯을 處方하였다. 또 夏月은 伏陰이 내재해 있고, 濕熱이 사람을 熏蒸하여 四肢困倦, 大小便不利, 煩渴 등 症을 일으키므로 傷暑症으로 판단하여 清暑益氣湯을 투여하였다.

(3) 임상예15 - 김○○ 男子 44세

【來院日】2000. 8. 14

【形色】얼굴이 넓적하다. 눈꺼풀이 함몰되고, 顴骨과 面側面에 기미가 끼었다.

【脈】80 / 80

【症】心下痞滿症과 자주 헛배가 부른다. 술을 많이 마시고 自汗 症狀이 있다. 항상 疲勞하며 아침에 일어나기가 힘들다.

【治療 및 經過】參朮健脾湯

2000.9.2 心下痞滿 症狀이 改善되었다. 脈:82-84 參朮健脾湯 再投與

【考察】얼굴이 넓적하고 눈꺼풀이 함몰되었으며 顴骨과 面側面에 기미가 끼고 脈이 脾에 떨어진 것으로 판단할 때, 脾胃의 氣 運行이 원활하지 못함을 알 수 있다. 따라서 자주 헛배가 부른 腹滿과 心下痞滿症은 脾胃의 運化作用이 不利하여 나타난 病症이므로 脾를 健壯하게 하고 胃를 기르며 飲食을 運化시키는 參朮健脾湯을 處方하였다.

(4) 임상예16 - 윤○○ 男子 54세

【來院日】2002. 9. 24

【形色】陽明形. 眼充血. 山根에 주름. 耳焦枯

【脈】72 / 74

【症】潮熱, 自汗, 盜汗症이 있다. 耳鳴, 肩背痛, 項強症과 偏頭痛이 있다. 음주흡연이 過度하고 睡眠이 不足하다.

【治療 및 經過】十全大補湯 加 知母, 黃柏, 鹿茸

2002.10.11 眼充血, 潮熱, 盜汗症狀이 好轉되었다. 脈:82-82 十全大補湯加味方 再投與

【考察】상기환자는 陽明形으로 밤낮으로 활동이 과다하며 酒色過度로 生活의 法度を 어겨 陰陽氣血의 不足과 運行障礙를 일으킨 勞倦傷의 경우에 해당된다. 潮熱, 自汗, 盜汗, 眼充血, 耳鳴, 肩背痛, 偏頭痛 등은 陰陽氣血의 不足과 運行이 不利하여 나타난 病症이다. 그러므로 氣血의 俱衰와 陰陽의 並弱을 다스려 虛勞와 勞倦傷을 치료하는 十全大補湯에 知母 黃柏¹³⁾ 鹿茸을 加하여 升

12) 對譯東醫寶鑑 許浚 法仁文化社 1999 p1140. 外感內傷乃病之大關鍵於此味焉何足云醫丹溪云內傷證皆以補元氣爲主看所挾而兼用藥但先生之言引而不發予今補之如內傷挾外感者則於補中益氣湯內春加川芎防風柴胡荊芥蘇薄荷夏加乾葛石膏麥門冬薄荷倍升柴秋加羌活防風荊芥冬加黃芪桂枝乾薑之類

13) 對譯東醫寶鑑 許浚 法仁文化社 1999 p1115. 氣血俱虛熱升陽滋陰兼用十全大補湯人參養榮湯加知母黃柏

陽과 滋陰을 兼治하였다.

《小結》

금에 속한 甲類는 얼굴이 각진 편이며 목이 짧고 귀와 등이 발달되었으며 悲哀가 많고 寡黙하며 義理가 있다. 甲類의 疲勞는 肺氣不足으로 인한 少氣症과 大腸 症狀 및 皮膚疾患, 脾胃의 運化不利로 인한 內傷, 陰陽氣血의 虛弱으로 인한 勞倦傷과 관련된 病症이 많았다. 그러므로 脾肺氣의 不足을 다스리는 補中益氣湯 및 調中益氣湯과 酒傷에 쓰는 葛花解酲湯, 脾胃의 運化作用을 원활하게 해주는 參朮健脾湯, 虛勞와 勞倦傷을 치료하는 十全大補湯 加味方을 각각 處方하였다.

결 론

남자의 만성피로에 대한 형상의학적 고찰해본 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

慢性疲勞는 일상활동에 지장을 줄 정도의 疲勞가 休息이나 睡眠으로도 개선되지 않고 6개월 이상 지속되는 것을 말한다. 男子의 慢性疲勞는 勞困傷과 虛勞에 속하는 疾患으로 五臟 중에서 특히 肝, 脾胃, 腎과 관련되어 주로 나타나는 病症으로 생각된다. 男子의 慢性疲勞는 陽虛를 기본으로 하고 酒傷과 房勞傷에 七情傷이 겹쳐 나타나는 것이 특징이다. 慢性疲勞의 형상적 특징은 자주 눕기를 좋아하고 매사에 의욕이 없어지며 눈동자와 목소리에 힘이 없고 얼굴이 萎黃하며 귀가 焦枯해지고 코끝과 顴骨 입술이 잘 붉어지며 눈이 잘 充血되고 머리카락이 건조해지며 잘 빠지는

것으로 요약된다. 男子의 慢性疲勞를 走鳥魚甲類로 분류한 결과 먹는 것에 비해 활동량이 많은 走類와 鳥類에게 많이 발생되었다.

慢性疲勞에 주로 활용되는 處方을 走鳥魚甲類로 나누어 살펴 보면 走類는 雙和湯, 小建中湯, 養血四物湯. 鳥類는 滋陰降火湯, 清心蓮子飲, 六味地黃湯. 魚類는 八味丸, 固真飲子, 腎氣丸. 甲類는 補中益氣湯, 葛花解酲湯, 參朮健脾湯, 十全大補湯으로 나타났다.

참고문헌

1. 廣州中藥大學, 慢性疲勞症候群의 中醫學 治療, 510405.
2. 大韓傳統韓醫學會 編. 芝山先生臨床學特講 3권, 芝山出版社 1997.
3. 동의대학교 한의과대학 생리학교실. 十全大補湯에 대한 形象醫學的 考察, 2001.
4. 송관규. 慢性疲勞症候群, 류마티스건강학회지 vol4. No2. 1997.
5. 虞博 編. 醫學正傳, 成輔社 1986.
6. 李東垣 外 五名. 東垣十種醫書, 大星文化社 1996.
7. 韓圭性. 易學原理講話, 藝文志 1998.
8. 韓東錫. 宇宙變化의 原理, 杏林出版 1998.
9. 許浚. 東醫寶鑑, 南山堂 1995.
10. 許浚. 對譯東醫寶鑑, 法仁文化社 1999.
11. 形象醫學會編. 東醫寶鑑 形象解說 2002.
12. 洪元植. 精校黃帝內經素問, 동양의학연구원 출판부 1985.
13. 洪元植. 精校黃帝內經靈樞, 동양의학연구원 출판부 1985.
14. 洪元植 編. 黃帝內經, 高文社 1971.