

疲勞와 氣海

(醫道の 日本 2004. 7월 호, 47面에서)

閔 丙 璣



I. 疲勞나 氣虛의 3가지

- ① 비허(脾虛)로 인하여 습사(濕邪)의 영향 때문에 피로하며 몸이 무겁고 입맛이 없고 먹으면 헛배가 부른다.
- ② 한 여름의 暑邪(더위병)로 인하여 온몸이 늘어지고, 진땀이 흐르고, 갈증이 심하고, 동작이 귀찮아하며 어질병과 불면증과 心悸(심장)진과 손발이 저리다.
- ③ 元氣(原氣) 허손(虛損)이란 각 기능의 실조(失調)로 각 장부의 활동 감퇴로 질병에 대하여 저항력 저하로 인한 병리상태이다.
* 기허(氣虛)의 원인은 선천부족(先天不足)과 또는 후천적 영양불량과 장기(長期) 질환(疾患)으로 지나친 피로이며 일반적으로는 폐(肺), 비(脾), 신(腎)기능의 감퇴로 기(氣)의 생성(生成)이 부족한 데 있다.

여기선 기허(氣虛)로 인한 병리적 특징이란

- ① 위기(衛氣)가 허(虛)하여 추리(腠理)가 굳세지 못하여 땀샘의 조절이 부조하여 외사(外邪)의 침범에 약하다.
- ② 청양(淸陽)이 상승(上昇)하면 팔다리 힘줄에 영양(營養)대사가 원활치 못하여 권태감과 무력감과 저린 감과 현훈증이 온다.

- ③ 기허(氣虛)는 혈액 순환을 둔화시키어 맥이 가늘고 힘이 약하게 나온다.
- ④ 기허(氣虛)하면 수액(水液)의 부조화(不調和)로 전신에 공급이 약(弱)하여 수습(水濕), 담음(痰飲), 수기(水氣), 수종증(水腫證) 등이 나타난다.
- ⑤ 기허(氣虛)는 당연히 만병에 원인으로 오장육부의 기능이 감퇴 한다. 각 장부의 허약증상의 원인을 찾아야 한다.

어떤 병을 막론하고 보기(補氣)를 하지 않고서 치료를 바라라.

증예(證例)

- 환자(患者) : 41세, 남성, 회사원
- 초진(初診) : 2003년 7월 3일 저녁때
- 주소(主訴) : 만성요통, 우측좌골신경통과 저림증
- 경과(經過) : 3년 전부터 원인불명으로 허리와 둔부와 허벅다리 담경(膽經) 부위가 무겁게 아프면서 지러왔다. 동작이 어려웠고 때로는 통증이 심하여 잠을 설칠 때도 있었다 하며 피로에 지쳐 보였다.

초진(初診)으로 몹시 피로한 증상이여서 요통과 좌골신경통의 요혈에 가볍게 자침하였으나 몹시 지쳐서 의자에서 얼마동안을 기대어 앉아 있는 후에 귀가했다.

다음날에도 전일과 같은 방법으로 가볍게 자침하였으나 몹시 지쳐 보였다.

3일째 되든 날에도 퇴근길에 내원하였으나 병세는 전일과 변함이 없었으며 피로에 지쳐 있었다.

병자(病者)를 눕게 하고 보기(補氣)의 뜻으로 기해(氣海)혈에 미립대(米粒大)의 뜸을 가볍게 5장을 하였다.

그리고 전일과 같이 허리와 다리에 要穴에 자침하였다. 환자는 전날과 같은 지친 피로감이 보이지 않았으며 생기(生氣)가 보였다.

■ 疲勞와 氣海

기해(氣海)혈에 뜸의 효과가 생기(生氣)를 얻은 것이다.

그래서 피로하면 기해(氣海)혈에서 기력(氣力)을 얻어야 한다는 선현(先賢)의 옛말이 있으며 그래서 기(氣)를 바다라고 이름 한 것이다.

疲勞와 氣海는 비허(脾虛)로 인하여 습사(濕邪)의 영향 때문에 피로하며 몸이 무겁고 입맛이 없고 먹으면 헛배가 부른다.

또 장하(長夏)에 서사(暑邪)로 인하여 온몸이 늘어지고, 진땀이 흐르고, 갈증이 심하고, 동작이 귀찮으며 어질병과 불면증과 심계항진과 손발이 저리다.

처방(處方)은 加味清暑益氣湯이 상용된다.

기허(氣虛)의 원인은 先天不足과 또는 후천적 영양불량과 장기(長期)질환으로 지나친 피로이며 일반적으로는 폐(肺), 비(脾), 신(腎)기능의 감퇴로 기(氣)의 생성(生成)이 부족한데 있다.

기허증(氣虛證)은 당연히 萬病의 원인으로 오장육부의 기능이 감퇴하니 각 장부의 허약증상의 원인을 찾아 보기(補氣)함이 마땅하다.

처방(處方)은 加味大補湯加減方에서 선용한다.

鍼뜸으로는 四關穴을 刺鍼하여 通血脈하고 土經土穴인 下三里穴을 계속 뜸질하여 胃氣를 기름이 어찌하랴.

(신진한약방 충북 청주시 흥덕구 가경동 1478-6 ☎ 043)232-7450~1
T110-0005 東京都台東區東上野 2-21-5 우에노 鍼灸院)