

비염에 좋은 약초 모음

참살이(金容哲)



소개글

비염에 좋은 한방자료 및 민간요법을 모은 것입니다.

목차

1	구내염(입안염)	4
2	비염에좋은 약초->홍삼엑기스	9
3	코막힘에 좋은 방법	21
4	비염에좋은 약초->참느릅나무(유근피)	25
5	축농증이란?	29
6	비염에좋은약초->도꼬마리	32
7	비염에좋은약초->수세미오이	35
8	질환을 바로알기->알러지 비염	42
9	질환에 바로알기->비염에 대한 자료모음	44
10	산야초건강원 소개	48



구내염(입내염)

잇몸, 혀, 입안점막 등의 염증성 질병을 종합하여 말한다.

원인은 여러 가지인데

- 1)가시에 찔리거나
- 2)화학적약재 (산이나 알칼리 등) 나 뜨거운 것에 데었을 때에 생기며
- 3)또는 병균의 감염을 받아서도 생긴다.
- 4)이 밖에도 위장염, 심장염, 비타민부족증 등 때에 겹친 병으로 생길 수도 있다.

증상으로는

- 1)원인에 따라 입안점막이 약간 부어 있는 정도일 때도 있고
- 2)혈어서 피가 나며 궤양이 생기는 경우도 있다.
- 3)또한 입안점막의 군데군데에 좁쌀알 크기로부터 팔알만한 흰점들이 생겨 차츰 서로 합쳐서 온 입안이 흰점막으로 덮이는 수도 있다.
(일반적으로 입안염 때에는 입 안에서 역한 냄새가 난다. 심한 경우에는 아픔 때문에 제대로 먹지도 못하고 말도 할 수 없게 된다. 입안염은 민간치료가 비교적 효과가 있다.)

《약물치료》

- 1)결명씨: 진하게 달여 한 모금 입 안에 물고 3-4분 정도 있다가 뱉어버린다. 이렇게 2-3번씩 하루에 3-4번 하면 입 안이 헐었거나 두드러졌던 점막이 점차 가라앉으면서 낫는다.
- 2)대황: 잘게 썬 것 40g에 물 300ml를 넣고 150ml되게 달여 하루에 4-5번씩 입 안을 가셔내거나 약솜에 적셔 입 안을 자주 닦아준다. 이 약은 황금색 포도알균에 감염된 입안염을 비롯한 입술에 생긴 궤양을 낫게 한다.

3)백반: 10g을 뜨거운 물 반 사발에 풀어 따뜻하게 하여 자주 입가심한다. 또는 잘 볶아서 보드랍게 가루낸 것을 한번에 0.1-0.2g씩 입 안에 뿌려주어도 좋다. 백반은 균억누름작용과 점막보호작용이 있다. 2-3일 동안 하면 아픔이 멎고 헛 것이 아문다.

4)가지꼭지: 거뭇게 구워서 가루내어 하루에 2-3번 정도 입 안의 헛곳에 바른다. 가지꼭지는 점막이 헛 것을 아물게 하며 궤양면에서 나오는 피를 멎게 한다.

5)뽕나무벌레집(오배자): 보드랍게 가루내어 하루에 2-3번 정도 헛곳에 뿌린다. 뽕나무벌레집은 균억누름작용과 수렴작용이 있다. 2-3일 쓰면 아픔이 멎고 염증이 가라앉으며 궤양이 아문다.

6)황경피나무껍질(황백): 황경피나무껍질의 누런 부분을 떼내어 진하게 달인 물을 하루에 3-4번 정도 헛곳에 바른다. 황경피나무껍질은 여러 가지 화농균을 죽이며 염증을 가라앉힌다.

7)백반, 저담즙, 인단: 각각 같은 양을 보드랍게 가루내어 하루에 3-4번 정도 입 안에 바른다. 이 약은 입 안의 염증을 가라앉히며 아픔을 멈춘다. 3-5일 정도 쓰면 효과가 있다.

8)백반, 봉산, 곱돌(활석): 구운백반 20g, 봉산 40g, 곱돌 25g을 보드랍게 가루내어 하루에 3-4번 입 안에 바른다. 이 약은 입 안의 염증을 가라앉히며 아픔을 멈춘다. 3-5일 정도 쓰면 효과가 있다.

9)황련, 속썩은풀(황금), 황경피나무껍질(황백): 보드랍게 가루낸 것 각각 2g을 컵에 넣고 끓인 물을 부어 노랗게 우려낸 물로 하루 10번 정도 입가심한다. 이 약은 균억누름작용과 염증을 가라앉히는 작용을 하므로 입 안이 붓고 헛 데, 궤양이 생긴 데 쓰면 잘 낫는다.

10)물레나물: 10g을 물 200ml에 달여서 한번에 20ml씩 하루 3-4번 끼니 뒤에 먹는다.

11)고추나물: 10g을 물 200ml에 달여서 한번에 20ml씩 하루 3-4번 먹는다. 또한 신선한 것을 즙을 내어 입 안에 바르거나 입가심한다. 이 약은 뚜렷한 수렴작용과 균억누름작용을 하며 조직이 아무는 것을 돕는 작용을 한다.

12)족두리풀뿌리(세신), 속썩은풀(황금): 족두리풀뿌리 30g, 속썩은풀뿌리 50g을 물 1l에 달여 찌꺼기를 짜버리고 하루 3-4번 양치한다. 이 약은 진통작용과 지혈작용이 있으므로 입 안이 아프고 피가 나올 때에 쓰면 잘 낫는다.

13)백반, 소금, 청밀: 구운 백반 20g과 보드라운 소금 10g을 적당량의 청밀에 개어서 하루 2번 입 안에 바른다. 또는 구운백반을 보드랍게 가루내어 한번에 0.1-0.5g씩 하루 3번 입 안에 뿌려준다.

☆ 카타르성 구내염은

입속의 점막이 거칠어지고 빨강게 부어 열열하면서 아프고, 자극이 강한 음식이나 음료를 먹으면 따갑고 고통스러워 진다. 끈적한 침이 많이 나오고 입안이 뜨끈해진다.

☆ 아프테성 구내염은

입안의 점막에 작고 둥근 궤양이 많이 생긴다. 궤양이 생긴 부분이 아프게 되며 입 냄새가 심해지고 열이 높아진다.

☆ 설염은

혀의 점막이 빨강게 부어올라 열열하게 아프며, 심해지면 식사도 못할 정도로 아프다.

구내염이란 일반적으로 구강 내의 점막(혀, 잇몸, 입술과 볼 안쪽 등)에 생긴 염증성질환의 총칭으로서, 증상으로는 통증, 출혈, 음식을 먹을 때에 따가움, 구강 내부의 건조, * 입 속이 붓게 됨, 입을 움직이기 힘들어짐, 음식물을 삼키기 힘들어짐, 미각이 변함, 말을 하기 어려워짐.

잇몸속의 세균의 독성 물질이 혈류를 타고 자궁주변으로 이동하거나, 혈관속에서 면역반응을 일으켜서 자궁수축 물질을 조기에 다량 생산하게 되어서 조산을 일으키게 된다. 특히 학계에서는 잇몸질환 때문에 발생하는 조산이 전체 조산의 18% 정도로 담배나 술보다도 더 나쁜 것으로 보고 있다.

길이 10cm 무게 50g인 혀는 건강의 거울이다.

혀의 상태로 건강 상태를 체크할 수 있고, 혀는 심장 다음으로 피가 많이 필요한 기관이다.

혀에 대한 속설

혀에 마비가 오면 뇌에 이상이 있다. 0

키스는 혀 건강에 좋다. ×

입 속에는 많은 세균이 살고 있으므로 키스를 하면 입속에 세균이 전달된다.

혀에 피아싱을 하면 미각을 상실할 수도 있다. 0

혀에 있는 신경을 자극하면 맛을 느끼는 감각이나 말더듬이가 될 수 있다.

혀가 건조하면 맛을 느낄 수 없다. 0

입에서 나오는 침은 하루에 1~1.5ℓ 가 나온다.

혀는 매운맛을 느낄 수가 없다. 0

혀는 4가지 맛을 느낄수가 있다. 짠맛, 신맛, 단맛, 쓴맛.

매운맛은 일종에 통증을 느끼는 것이다.

혀 질환

1, 헛바늘

맛을 느끼는 유두에 염증이 생겨 나타나는 매우 작은 궤양이다. 원인은 세균감염, 과로, 스트레스, 음주, 흡연

과일을 먹고 헛바늘이 돌아날 때는 음식에 대한 알레르기 때문이다.

헛바늘을 줄이기 위해서는 비타민이 많이 들어 있는 과일을 먹는 것이 좋다.

2, 혀 작열감

중년 여성들 분 한테 많이 발생하며, 원인은 아직 확실하게 밝혀 지지 않았다.

혀가 타는듯한 느낌을 호소한다.

국소적인 원인은 구강건조증, 만성자극, 음주, 흡연

전신적인 원인은 폐경기영향, 우울증으로 인한 것으로 추측한다.

치료로는 비타민B12, 엽산, 철분투여, 인공타액, 우울증이 있는 사람은 항우울제를 투여한다.

3, 설암

중년 남성들에게서 많이 나타난다.

가장큰 원인은 흡연으로 7배정도 증가한다.

두번째는 음주인데 음주와 흡연을 할 때는 25배 정도 증가한다.

설암으로 사망하는 확률은 50% 정도 된다.

백반증의 60%가 설암으로 진행되며, 백반증을 치료할 때는 고농축 비타민A를 투여한다.

재발성 아프타성 구내염 / 대상포진 설염 / 지도성 설염 / 혀 작열감 증후군 / 설염 / 설암 / 구강 저부암 /

구강 예방법

1, 입안을 청결하게 한다.

2, 자극성 있는 술이나 담배같은 것을 조심한다.

설암 조기진단법은 만성적으로 궤양이 낫지 않고 지속되는 경우 의심할 수 있다.

백반증도 암의 전 단계이므로 조직검사를 받아 보아야 한다.

혀 에어로빅

혀의 근육을 발달시켜 발음도 좋아지고 구강위생도 좋아지게 된다.

혀를 깨끗하게 하자.

물을 많이 마신다. (탄음료나 커피, 구강청정제는 알코올함유로 안 좋다)

혀 내밀기 / 혀 좌우 스트레칭 / 혀 입술 주변 돌리기 / 입 천장 혀 맛사지 /

♠ 대항 : 입안 점막이 부은 정도와 혈어서 피가 나며 궤양이 생기기도 하고 입안 전체에 좁쌀알 크기로부터 팔알 크기의 흰 점막이 뒤덮이는 수도 있으며 입에서 심한 냄새가 난다. 심한경우에는 통증으로 인해 먹지도 못하고 말을 할 수 없게 된다. 가시에 찔려서 염증이 생겼거나 비타민이 부족할 때 합병증 징후로 입 냄새가 날 때

대항 잘게 썬 것 40g에 물 300ml를 넣고 물을 절반이 되도록 달여 하루 4 ~ 5회씩 입안을 가셔내거나 약솜에 적셔 상처부위를 수시로 닦아주면 좋다. 꿀 · 버드나무가지 · 가지 · 큰새우 · 더덕(사삼) · 둥글레(옥죽) · 맥문동 ·

● 치아 건강 위협하는 음료수 ● 치석

풍열사를 받아서 생긴 감기(풍열감모) 때는

열과 땀이 나며 바람을 싫어하고 기침과 함께 진득진득한 가래가 나오며 머리가 아프고 목안이 부으며 입안이 마르고 혀이끼는 옅고 약간 느리며 맥은 부삭하다.

풍한(풍한감모)이 침범하면

위양을 상하기 때문에 바람을 싫어하고 오한이 나면서 열이 나고 머리와 온몸이 아프며 코가메고 기침과 재채기가나며 혀에 혀이끼가 끼고 맥이 부한 증상이 나타난다.

발욕탕법 : 입안이 헐었을 때는 물 온도를 41℃를 유지시켜 25분 동안 손과 발을 동시에 담근다. 원형고춧가루파스와 경혈 테이프의 부착시간은 10시간

발욕탕법 : 입술이 터졌을 때는 물 온도를 43℃를 유지시켜 20분 동안 손만 담근다. 원형고춧가루파스와 경혈 테이프의 부착시간은 12시간

♣ 삼황사심탕

체력이 있는 사람으로, 얼굴이 화끈거리고, 상기되며, 초조해 지고, 변비가 있는 경우에 사용한다. 발병초기로 입의 점막이 빨갛게 붓고 무척 아플 때 효과적이다.

♣ 황련해독탕

보통 체력인 사람으로, 안색이 붉고, 웬일인지 머리로 피가 물리는 느낌이 들며, 자주 초조하고, 변비가 없는 경우에 사용한다. 아픔이 심한 초기에 사용하도록 한다.

♣ 양격산

체력이 있는 사람의 구내염, 설염으로 점막이 빨갛게 부어올라 열어나고, 입 냄새가 심한 단계이며, 변비 경향이 있는 사람에게 사용한다.

♣ 가감양격산

체력이 있는 사람의 구내염, 설염으로 점막이 빨갛게 부어올라 열어나고, 입 냄새가 심한 단계이며, 변비 경향이 없는 사람에게 사용한다.

♣ 청열보기탕

입안에 염증이 있거나, 혀에 이끼가 끼고, 한 끼 풀 벗긴 것처럼 혀가 빨갛게 되어 아프고, 음식물이 닿으면 고통스런 단계, 즉 발병 후 며칠이 지나 체력이 떨어진 사람에게 쓴다.

♣ 감초사심탕

중간 정도의 체력을 가진 사람으로, 위장이 약하고, 자주 설사를 하며, 배에서 보글거리는 소리가 나거나, 명치가 결리면서 아프고, 불면 경향과 마음이 초조한 사람에게 사용한다.

♣ 감초탕

구내염, 설염으로 밥도 먹지 못할 정도로 아플 때 사용하면 금방 고통이 없어진다.

♣ 온청음

만성화된 구내염으로, 피부가 거칠어져 있고, 허약 체질인 사람에게 사용한다.

♣ 사물탕

피부가 쉽게 거칠어지는 사람과 산후의 구내염에 사용한다.

산야초건강원



홍삼

1. 홍삼이 좋은 이유

홍삼은 증숙과정에서 인체에 유호한 생리활성 성분(사포닌 등)이 생성됩니다. 홍삼의 중요성분으로는 백삼과 같이 배당(glycosides), 인삼향성분, 폴리아세틸렌계 화합물, 함질소 성분, 플라보노이드, 비타민(B군), 미량원소효소, 항산화 물질과 유기산 및 아미노산 등이 함유되어 있습니다.

홍삼은 중추신경에 대해서 진정작용과 흥분작용이 있으며, 순환계에 작용하여 고혈압이나 동맥경화의 예방효과가 있습니다. 그러면서도 조혈작용과 혈당치를 저하시켜 주고, 간을 보호하며, 내분비계에 작용하여 성행동이나 생식효과에 간접적으로 유효하게 작용하며, 항염 및 항종양작용이 있고, 방선에 대한 방어효과, 피부를 보호하며 부드럽게 하는 작용도 있습니다.

- (1) 홍삼은 인체에 유호한 성분의 함량이 높으며, 소화흡수가 잘되고 면역체계 증진(기능강화)에 도움을 줍니다.
- (2) 홍삼은 수삼, 백삼 등 다른 어떤 인삼보다도 많은 종류의 유효사포닌(34여종)이 들어 있습니다.
- (3) 홍삼은 정상 세포에 왕성한 활동을 도와줍니다.
- (4) 홍삼은 남녀노소 누구나 복용해도 좋으며, 체질개선에 도움을 줍니다.
- (5) 홍삼은 장기간 보관해도 내용 성분의 변화가 없습니다.

2. 사포닌이란 무엇이며, 어떤 효능을 가지고 있나요?

사포닌은 배당체(Ginsenoside)라 불리는 화합물의 일종으로 성분확인시 각 성분이 나타나는 이동 거리에 따라 Ro, Ra, ... 등으로 표시합니다.

이들 진세노사이드(Ginsenoside)는 다양한 효능을 나타내는데 그 주요 효능은 다음과 같습니다.

Ro : 알콜 해독, 항간염효능, 항염증 작용

Rb1 : 중추신경 억제, 해열진통, 간기능 보호

Rb2 : 항당뇨, 항동맥경화, 간세포 증식

Rc : 진통작용, 단백질 및 지질합성 촉진

Rd : 부신피질 호르몬 분비촉진 작용

Re : 간보호 작용, 골수세포 합성 촉진 작용

Rf : 뇌신경세포 진통작용, 지질과산화 억제

Rg1 : 학습기능 개선, 항피로 작용

Rg2 : 혈소판 응집억제, 기억력 감퇴 개선작용

Rg3 : 암세포 전이억제, 간보호 작용, 항암제 내성억제

Rh1 : 간보호, 항종양 작용, 혈소판 응집억제

Rh2 : 암세포 증식억제, 종양증식 억제

3. 인삼(홍삼)의 효능

인삼의 한방(韓方)적 효능은 대표적인 의서 동의보감(東醫寶鑑)이나 본초강목(本草綱目) 등 중초약학(中草藥學)에서 원기(元氣)를 크게 보하고 폐를 튼튼히 하며 비장을 좋게 하고 심장을 편안하게 해준다고 하였으며, 신농본초경에는 인삼의 오장 즉 간장, 비장의 양기를 돌구어주는 주 약으로 사용하고 위장의 기를 열어주며 광란, 구토, 갈증을 멎게 하고 혈맥을 잘 통하게 하고 오래 복용하면 몸이 가

버워지고 장수한다고 하였다.

또한 생약 365종을 上, 中, 下藥으로 분류하였는데, 上藥은 天藥, 또는 君藥으로 생명을 연장하는 기능이 있고 장기간복용해도 부작용이 없다고 하였다. 인삼은 여기에 속하며 이중에서도 最上 藥에 속한다고 하고 있다. 中藥은 臣으로서 人에 해당하며 독의 유무를 알고 적당량을 복용해야 하는 약이라 하며, 下藥은 佐使로서 地에 해당하는 약으로 병을 고치는데 주로 사용하며 독이 많기 때문에 사용에 주의하여야 한다고 적고 있다. 양귀비 같이 효과는 빠르게 나타나지만 부작용이 강한 약이 여기에 속한다.

각가지 질병처방 화제에 가장 많이 사용되는 약은 역시 감초(甘草)이며 인삼이 다섯번째라고 한다.

(1) 동의보감(東醫寶鑑)에서의 효능

1) 사람의 모양과 같아서 일명 신초(神草)라고 했으며 인삼은 깊은 산 속에 나는데 세 줄기에 다섯잎이 양(陽)을 바라보고 음(陰)을 등지고 있어서 구(求)하려면 가나무, 칠나무(옷)아래서 찾으라! 일렸고, 길경(桔梗)과도 비슷하여 3-4월에 꽃이 피었다가 가을이 지난 2월, 4월, 8월 초순에 채취하여 대나무 칼로 껍질을 긁고 꼭 말린다

2) 성 분 ; 맛이 쓰고 따뜻하며 독성이 없다.

3) 저 장

즙이 잘 먹으니 깨끗한 그릇에 잘 봉해 두면 해가 지나도 썩지 않고 세신(細辛)과 같이 넣어두면 변하지 않는다

4) 주의사항 : 쓸 때는 노두(爐頭)를 버려야만 사람에게 손상이 없다.

5) 효 능

- ① 오장(五臟)의 장기(臟器)가 허하고 모자랄 때 보강
- ② 정신(精神)과 혼백(魂魄)을 안정시켜 줌
- ③ 눈을 말게 해 줌
- ④ 마음을 편하게 하고 지혜(智慧)를 더해 줌
- ⑤ 허손(虛損)을 보한다
- ⑥ 객란(癥亂)과 구해(嘔口)를 그치게 함
- ⑦ 폐위(肺痿)의 토농과 담(痰)을 치료함吐膿)

(2) 본초강목(本草綱目)에서의 효능

* 약제의 효능을 상세하게 열거하였다

① 남녀의 모든 허증(虛症)과 신체허약을 신속히 회복시켜주며 인체의 오장육부(五臟六腑)를 보하여준다

② 체력의 소모가 많은 환자 또는 신경성으로 오는 가슴이 두근두근하고 불안한 증세를 진정시키는 신경장

제 효능이 있다.

③ 각종 세균에 대한 저항력을 증진시켜 예방할 수 있다.

④ 눈을 밝게 하고 뇌의 기능을 좋게 한다.

⑤ 당뇨병에서 오는 갈증(渴症), 다식(多食), 다뇨(多尿) 등의 증상에 효과가 뚜렷하다.

⑥ 심한 구토증을 멈추게 한다.담, 기관지 삼출액을 배출시킨다.

⑦ 위장의 기능을 튼튼히 하여주고, 위산과다증(胃酸過多症)을 치유하며 아울러 소화기능을 진전시킨다.

호흡기능이 일정하지 못한 경우와 폐활량 부족이 수반될 때 폐의 기능을 보강시켜 준다.

⑧ 만성위장염에 의하여 구토(嘔吐)하고 장기간 설사하는 환자에게 쓰면 효과가 좋다.

⑨ 산후 도는 산전에 오는 모든 질병에 쓰고 객혈, 혈노, 자궁출혈, 위 출혈 등 실혈자에게는 보기, 보혈

지혈작용이 있다.

⑩ 사지신경통 또는 마비증상이 올 때 쓰면 강심작용이 있어 신진대사나 혈액의 순환을 도와준다.

⑪ 뇌일혈(腦溢血), 퇴혈전증 등으로 반신불수, 손과 발을 제대로 움직이지 못 할 때, 또는 더위로 인한 소

화불량이나 그 밖의 위장이 냉할 때 쓰인다.

⑫ 호흡기능이 일정하지 못한 경우와 폐활량 부족이 수반될 때 폐의 기능을 보강시켜 준다.

⑬ 소화불량이나 원기부족으로 가슴이 답답하여 호흡곤란을 느낄 때 사용한다.

⑭ 심한설사, 대장염에 쓰이고, 두통 또는 현기증 증상에 대해서 효과가 있다.

⑮ 인삼을 장복하면 몸이 가볍고 생명을 연장할 수 있다.

(3) 인삼의 7효설(일반적 학설)

① 보기구탈(補氣救脫)

원기를 보하여 주는 것으로 각종 급만성의 병으로 인하여 체력이 쇠약해 졌을 때나 일시적인 허탈증세

에 효과가 있다. 즉 **체력증진작용**을 한다.

② 익혈복맥(益血復脈)

혈액의 생성을 원활하게 하고 폐장과 비장의 기능을 도와주며 빈혈로 인한 전신의 신진대사 이상을 개선함과 동시에 조혈과 **혈액순환**을 원활하게 하는 작용을 한다.

③ 양심안신(養心安神)

마음을 편안케 하여 신경을 안정시키고 혈액순환 부전이나 심장의 기능저하로부터 야기되는 정신불안을 해소한다. 즉 각종 **스트레스**를 해소시키는 작용을 한다.

④ 생진지갈(生津止渴)

인삼은 폐와 비장 및 위의 기능을 개선하여 전신의 기능을 증진시켜주며 인체가 필요로 하는 체액을 충당시켜 줌으로써 갈증을 해소시켜주는 작용을 한다. 즉, **당뇨병** 치료에 유효하다.

⑤ 보폐정천(補肺定喘)

폐의 기능이 약하여 일어나는 천식, 및 해수(咳嗽) 등의 증상을 보하고 아울러 비위(脾胃)의 기를 도와정기를 충실케 한다. 즉 호흡을 안정시켜 줌으로써 **호흡기질환**에 효과가 있다.

⑥ 건비지사(健脾止瀉)

장관(腸管)을 튼튼하게 하여 줌으로써 설사를 멈추게 하며 소화기관을 튼튼하게 하여 **소화기능**을 돕는다.

⑦ 탁독합창(托毒合瘡)

체내의 독소를 제거하여 주고 대사기능부전으로 인하여 발생되기 쉬운 병에 대하여 저항력을 증진시켜주며, 피부의 기능을 정상화시키며 **종양**에 대해서도 유효작용을 한다.

(4) 현대의학이 밝힌 고려인삼의 새 효능

① 다이옥신 방어(생식기능 증대) - 김시관 박사 1999 ⇒ 항암작용 - 윤택구 박사

② 에이즈 예방 및 치료

③ 골다공증 개선 - Ogita 1989, 1990, 1994

④ ±혈압조절 - KaKu er al 1975,

⑤ 성 기능 개선 - 吉村裕之, 藥用人蔘, 1994

⑥ 학습기능 증진 - Zhang et al 1989

⑦ 피로회복촉진, 스트레스 억제 -Brekman 1969, Saito et al

⑧ 환경호르몬 억제에 효과가 큼 -김재권교수, 1999

동물을 이용한 실험에 따르면 인삼의 항암효과는 인삼 안에 포함된 ‘인삼 사포닌’과 ‘인삼 다당체’에 의한 것으로 밝혀졌다. 일본의 사이키 교수는 인삼 사포닌이 암세포를 죽이고 암이 전이하는 작용을 억제하는 효과가 우수하다고 소개했다. 이러한 효과는 인삼 사포닌이 우리 몸 안에서 우수한 성분으로 변환(생물 전환)되기 때문이며, 우리 몸에서 변화한 우수한 사포닌은 현재 항암제로 사용하고 있는 약물 못지않게 암세포를 죽이고 전이를 억제하는 효과를 보였다고 발표했다. 한국의 윤현숙 박사, 박종대 박사는 인삼 다당체가 암세포를 죽일 수 있도록 우리 몸의 면역세포들을 증강시키는 효과가 탁월하다고 보고했다. 이 같은 결과를 종합하면 인삼은 사포닌 성분 하나가 아니라 사포닌과 다당체의 조화에 의해서 우리 몸에서 생기는 암세포를 직접 죽이는 한편, 면역계를 증강시켜 간접적으로 암세포를 죽이는 등 서로 상승작용을 일으켜 항암 효과를 나타낸다고 하겠다.

〈항당뇨 효과〉

동의보감을 비롯한 많은 한방서적에 인삼은 소갈(消渴)에 효과가 있다고 수록하고 있어 인삼의 항당뇨 효과에 대한 연구도 많이 진행되었다. 일본의 소타니에미 박사가 인슐린 비의존성 당뇨병 환자들에게 인삼의 유효성을 임상 연구한 결과에 의하면 인삼 섭취 후 혈당이 낮아지고, 혈중 당화헤모글로빈 수치가 개선되었으며 기분 및 운동 수행 능력이 좋아지고 부작용은 없었다. 일본의 요시타 박사 등이 고려홍삼의 효과를 임상 연구한 결과도 비슷했다.

2002년 우리나라에서 개최된 국제 인삼 심포지엄에서 캐나다의 벅산 교수는 고려인삼이 혈당을 조절할 뿐만 아니라 인슐린 내성을 개선하는 효과가 있다고 발표했다. 단기 투여에서는 혈당을 저하시켰으며, 장기 투여에서는 혈당저하와 함께 인슐린 내성과 혈중 당화헤모글로빈 수치가 개선된다고 발표했다.

이보다 앞서 일본의 요코자와 교수는 동물 실험을 통해 인삼 사포닌이 혈당을 저하시켜 항당뇨 효과가 있다고 했고, 일본의 기무라 교수는 인삼 다당체가 혈당을 저하시킬 뿐만 아니라 인슐린 내성을 개선시켰다고 발표했다. 그 외에도 많은 연구들이 인삼이 혈당강하, 인슐린 내성 및 혈중 당화헤모글로빈 수치를 개선하여 항당뇨 효과를 내고 있다는 사실을 뒷받침했다.

〈항스트레스 및 항피로 효과〉

스트레스와 피로는 면역계를 저하시키면서 많은 질병을 일으키는 원인이 된다. 인삼이 질병을 치료하고 예방하는 효과가 있는지 알아보기 위해 운동선수들의 피로도 개선효과를 조사했다.

구 소련의 브레크만 교수, 일본의 가네코 교수, 한국의 김성수 교수 등은 마라톤 선수에게 인삼을 먹

게 하고 수행능력을 측정한 결과 인삼을 투여한 군에서는 인삼을 투여하지 않은 군에 비해 근육통증, 현기증, 피로도가 저하되고, 피로도 지표인 혈액 중의 젖산농도도 낮아졌으며, 목표지점까지 도달하는 시간도 단축되었다.

또 회사 근무자에 대한 효과를 보기 위해 야간근무 간호사를 대상으로 인삼복용 효과를 측정한 결과에서도 인삼을 투여한 경우 정신수행 능력이 개선되고 적응성이 좋아졌으며 스트레스로 인한 혈당의 변화를 조절하였다.

요즘 조류독감, 사스 등으로 많은 사람이 스트레스를 받고 있는데 다른 나라에 비해 우리나라는 안전 지대인 것으로 여겨지고 있다. 이는 인삼에 의한 효과로 생각되고 있다. 이런 효과가 알려지기 전에 인삼의 인플루엔자 및 감기에 대한 예방효과를 조사한 연구가 있다. 이 연구에 의하면 백신을 맞고 인삼추출물을 투여한 군과 백신만 맞고 인삼추출물을 투여하지 않은 군을 비교하였다. 인삼추출물을 투여한 군은 13% 감염된 데 비해 투여하지 않은 군은 37%가 감염됐다. 인삼추출물 투여군이 투여하지 않은 군에 비해 3배 이상 감염 예방 효과가 있다는 결과였다.

추위가 심한 환경(한랭 스트레스) 및 물 속에 감금한 환경(수조 스트레스)에서 인삼의 효과를 조사한 결과에서도 추위에 견디는 시간 및 수조에서 수영하는 시간이 2배 이상 증가하고 피로도 지표가 향상되었다. 이와 같이 인삼의 스트레스와 피로도에 대한 개선 효과는 감염증 및 스트레스로 인해 발생하는 질병을 예방하거나 극복하는 데 많은 도움이 될 것이다.

〈기억력 능력 향상 효과〉

인삼을 복용한 노인의 기억력이 복용 전에 비해 좋아졌다는 것에 착안하여 1989년 불가리아 페트코프 박사가 관련 실험을 했다. 페트코프 박사는 인위적으로 기억상실증을 일으킨 쥐와 늙은 쥐의 기억상실증에 인삼이 기억력 증진과 학습능력 촉진 효과가 있는지 조사했는데 “인삼이 기억력 증진에 아주 유효했다”고 보고했다. 이와 비슷한 시기에 일본의 사이토 교수도 유사한 실험을 했는데 뇌기능 활동에 인삼이 효과가 있으며, 유효성분은 ‘인삼 사포닌’이라고 보고했다. 필자도 뇌의 혈액순환 문제로 기능장애가 생긴 뇌허혈(腦虛血) 생쥐를 이용하여 홍삼 및 홍삼 발효물이 효과가 있다는 사실을 확인했다.

이 밖에 영국의 케네디 교수, 중국의 도링 교수 등이 진행한 인지능력에 미치는 고려인삼의 효과를 조사한 임상연구에 의하면 인삼은 노인성치매 환자에서 인지력 향상, 기억력 증진 효과가 있고, 뇌 부위에 치매 원인 물질이라고 생각하는 베타아밀로이드 펩타이드의 축적량을 감소시켰다.

〈노화방지 효과〉

생체에서 생성되는 활성산소는 우리 몸에 들어오는 세균을 전멸시키기 위해서는 꼭 필요한 것이다. 그러나 활성산소는 너무 많아도, 또 너무 적어도 우리 몸의 면역계에 문제가 생길 수 있다. 만약 감기와 같은 감염증에 걸리면 우리 몸에서는 활성산소를 생산하여 감염증을 퇴치하게 된다.

그런데 감당하기 어려울 정도로 활성산소가 많이 생기게 되면 우리 몸(조직)을 손상시켜 염증, 자기면역질환, 동맥경화, 뇌질환, 암 등을 일으키게 된다. 더 나아가서 지질 등에 과산화(過酸化)가 증가하게 되면 노화가 촉진된다.

한국의 한병훈 교수 등은 인삼에는 지질과산화를 억제할 수 있는 페놀성 성분들을 많이 함유하고 있어 활성산소 제거 효과가 크다고 했고, 중국의 메이 박사는 혈관 내피세포에서, 첸 박사는 심근에 과산화를 억제하는 효과가 있으며, 이러한 효과는 생존율 증가 및 수명 연장 효과를 가져온다고 보고했다.

〈성기능 향상 효과〉

한국의 최형기 교수가 진행한 임상연구에 의하면 인삼을 심인성 발기부전을 호소하는 환자, 가벼운 혈관성 발기부전 환자에 투여한 결과 성생활 만족도, 성교의 횟수, 성욕, 발기 및 사정에서 향상되었으며, 남성호르몬 수치도 상당히 개선되었다. 이탈리아의 살바티 박사의 연구에서도 비슷한 결과를 보였다. 이 외에도 인삼 및 인삼 사포닌은 수많은 임상실험과 동물실험에서 사람과 동물의 정자 수를 현저히 증가시켰으며 성 행동 장애를 개선시킨 것으로 나타났다. 사실 이 같은 효능이 과학적으로 입증되기 전부터도 인삼은 중국의 여러 약전에 발기부전 치료제로 등재되어 있을 뿐만 아니라 실제로 널리 사용되고 있다.

〈에이즈 치료 효과〉

1992년 한국의 신영오 박사는 HIV에 의해 일어나는 후천성 면역결핍증인 에이즈에도 인삼이 효과가 있다고 세계 최초로 보고했다. 이후 한국의 조영걸 교수는 HIV 감염자들에게 장기간 인삼(홍삼) 엑기스를 투여하면 HIV 감염자들에게 가장 문제가 되는 CD4 임파구 감소를 억제하고 에이즈 치료약물에 대한 내성이 생기지 않도록 하여 치료 효과를 높인다고 발표했다. 이러한 결과는 인삼(홍삼)만으로도 효과가 있음을 의미하는 것이어서 앞으로의 연구가 기대된다.

〈항염증 및 항알러지 효과〉

1992년 중국의 우 박사, 한국의 서영준 교수 등은 인삼이 우수한 항염증 효과가 있다고 보고했다. 필자가 요즘 빈발하는 아토피와 피부염증에 대해 인삼의 효과를 조사한 결과에서도 항염증 효과 외에도 인삼 사포닌 성분이 가려움과 알러지를 일으키는 항체(이뮤노글로브린 E)의 생산을 억제하는 효과가 있었다. 이러한 연구결과는 인삼이 피부염에도 적용 가능하다는 것을 의미한다.

이 외에도 일본의 오우라 교수, 필자 등은 인삼이 활성산소에 의해 손상된 간장에, 한국의 김낙두 교수, 일본의 오쿠다 박사는 인삼을 끓이거나 찌 때 나오는 새로운 성분들이 혈액순환에, 일본의 쿠이 박사는 인삼 사포닌 성분이 갱년기에 발생하는 골다공증에, 한국의 주충노 교수 등은 혈중에 높은 콜레스테롤로 인해 발생하는 고지혈증과 동맥경화증에, 한국의 함기백 교수, 필자 등은 위궤양 원인균을 제거하는 효과가 있음이 밝혀냈다. 이처럼 인삼이 다양한 질환에 적용할 수 있는 한약이라는 것을 입증하는 연구들이 계속됨을 알 수 있다.

〈인삼은 먹어야 약효가 나타난다.〉

사람이 인삼을 먹으면 입에서 위와 소장으로 이동한다. 그런데 밥에 있는 전분(포도당)과는 다르게 인삼 사포닌이나 인삼 다당체 성분은 위나 소장에서 쉽게 흡수가 되지 않는다. 그러므로 소화관에 서식하는 세균들이 이 성분을 공격하고, 이 공격을 받아 변환된 인삼 사포닌이 우리 몸속(혈액)으로 흡수되어 우수한 효능을 발휘하게 된다. 즉 우리 몸속에서 고려인삼이 우수한 인삼으로 둔갑하는 것이다. 그러나 인삼을 주사로 맞으면 이러한 성분이 생기지 않고 효과도 떨어질 수밖에 없다. 인삼을 먹으면 우리 몸에서 우수 성분으로 둔갑을 해줘야 하는데 이런 능력이 없는 사람도 있다. 우리나라 사람의 20% 정도는 이런 능력이 없거나 있어도 아주 약해 즉, 체질에 맞지 않아 이런 사람에게는 인삼의 효능이 없거나 효능이 떨어질 수 있다. 이런 경우에는 우리 몸속에서 일어나는 반응을 대신한 사람 몸안의 균주로 생물전환한 인삼을 선택하면 인삼의 효능을 기대할 수 있다.

〈인삼 먹는 법〉

다른 약과 함께 인삼 먹을 땐 전문가와 상의를

우리나라, 일본, 중국 등의 약전에서 인삼의 복용량은 특별한 경우를 제외하고는 하루 1.5~10g이다. 인삼은 대개 탕액, 엑기스나 환, 산제 등의 형태로 복용한다.

인삼은 한방에서 무독(無毒)하고 장기복용이 가능한 상약(上藥)으로 알려져 왔다. 그럼에도 불구하고 인삼은 과연 안전한가를 확인하기 위한 연구가 많이 이뤄졌다. 동물실험 등에서 급성독성(1회 섭취로

단시간 내에 생리 부작용이 발생하는 것) 같은 심각한 부작용은 발견되지 않았다. 그러나 요즘 인삼제품이라고 하는 것에는 인삼 외에 다른 성분을 포함한 제품이 많으므로 주의해야 한다.

또 인삼을 음식물이나 한약, 양약과 함께 먹는 것이 나쁘지 않은지 염려한다. 인삼만을 먹기 힘들 때는 다른 음식물과 함께 소량을 먹는 것이나 차로 만들어 마시는 것은 일반적으로 큰 영향이 없다. 그러나 많은 양의 인삼을 양약이나 한약과 함께 복용하는 것은 전혀 영향이 없다고 단정할 수 없다. 그런 의심이 드는 경우에는 전문가에게 문의한 후 복용하는 것이 좋다

[출처] 홍삼효능|작성자 씨에스타

인삼에 대하여 올려봅니다. 참고하세요.

인삼은 오갈피나무과에 속한 반음지성(半陰地性)의 다년생 식물인 삼의 뿌리이다.

삼의 종류는 여러 가지이다. 자연산으로 야산에서 자란 산삼(山蔘)은 몸체가 작고 뿌리는 길며 수명이 수십년에서 수백년 가는 것이 있으나, 집에서 재배한 가삼(家蔘)은 몸집이 크고 뿌리가 짧은 대신 수명이 4년~6년 된다.

산삼의 씨를 채취하여 들에서 야생의 상태로 재배한 것을 ‘장뇌’ (長腦)라 한다. 인삼은 가공 방법에 따라 구분한다. 채취 후 가공하지 않은 상태의 것을 생삼(生蔘) 또는 수삼(水蔘), 햇볕에 건조시킨 것을 백삼(白蔘), 찌서 말린 것을 홍삼(紅蔘)이라고 한다.

인삼은 냉온대의 여러 나라에서 생산되나, 특히 우리 나라 것은 ‘korean ginseng’ 이라고 하여 그 효능이 세계적으로 유명하며, 여러 가지 성분이 포함되어 있다. 아직도 그 성분을 연구 중이며, 신비한 영약(靈藥)으로 평가되고 있다.

인삼은 인체 기능 보강, 신경계 흥분, 뇌하수체와 부신피질계의 기능 향진으로 생체의 저항력 향상, 성(性) 기능 증강, 심장 기능 강화, 혈당 강하, 소화 흡수 촉진, 신진대사 기능을 높이고 식욕 증진, 단백질 합성 촉진, 콜레스테롤의 발생 억제, 배뇨 억제 작용을 한다.

그리고 식욕 부진·설사·구토 등 위장 기능의 허약증에 인삼을 사용하여 원기 회복을 빠르게 하며, 빈혈·만성 기관지염·당뇨병이나 발열성 질환으로 인한 탈수로 생기는 갈증(渴症) 등에 사용하는데, 특히 경증의 당뇨병에 대단히 효과가 있으며, 혈당을 내리고 뇨당 배출을 감소시키고, 흥분형 환자의 정신을 진정시킨다.

그러나 체질적으로 몸에 열이 많거나 맥박에 힘이 없고, 대소변 불통, 고혈압 초기의 불면, 가슴이 답답하여 수면 장애가 있거나, 염증 증상이 심한 열성 질환에는 부적당한 경우가 많다. 인삼은 열성이 강하므로 복용으로 인하여 열이 더 심해질 우려가 있을 때 찬 성질의 약을 보조적으로 사용해야 한다. 또한, 향이뇨 작용이 있으므로 신기능 부전으로 소변량의 감소가 있을 때에도 사용하지 않는 것이 좋다.

그리고 인삼은 약성이 강하여 체질 감별이 필요한 약이니 사용에 유의해야 한다.

산야초건강원에서 권하는 비염에 좋은 약초

1. 홍삼엑기스를 복용을 한다.

홍삼엑기스는 반드시 5년근이상의 인삼 이어야 하고

달여서 엑기스를 낸것이어야 합니다.(믿을수 있는 가게서 구입)

2. 유근피로 만든 진액을 천일염에 혼합하여 수시로 코 안쪽에 발라준다.

이때 유근피달인 엑기스도 함께 복용한다

3. 창이자를 법제하여 수시로 코안에 발라준다.

4. 홍삼엑기스+유근피치료

홍삼엑기스+ 창이자치료

홍삼엑기스 + 수세미오이엑기스+배즙

5.가격이 비싸더라도 친환경과 질이 좋은 약재를 이용하세요.

약초류는 동물(염소와 개등)이나 어류(붕어, 가물치등)를 달이는

중탕기로 하면 높은 열과 고압으로 약성이 많이 죽어 효능이 떨어집니다.

전통방식의 저온과 무압으로 오래동안 달여내는 약초전용구로 달여야 효과가 있습니다

산야초건강원

문의 019-529-2322

아래 [손가락](#)추천을 클릭해주시면 고맙겠습니다.



코막힘

코가 막혀서 답답하며 코를 풀어도 다시 메는 콧병을 말한다.

코막힘은 주로 세균이나 바이러스가 직접 코점막에 침입했을 때나 기후의 변화, 화학물질의 센 자극 등이 원인으로 되며 급성 비염 때 자주 되풀이 되면서 만성으로 된 만성 비염 그리고 축농증, 비후성 비염, 감기 등 때에 온다.

코가 막히면 몹시 고통스러워하는데 빨리 치료하지 않으면 집중력이 없어지거나 기억력이 나빠지고 두통, 머리무거운 감이 있고 냄새도 맡지 못하게 된다.

심지어는 목구멍이 아프고 코 안이 몹시 마르면서 숨도 입을 벌리고 쉬는데 밤에 잘 때 더 심하다. 이런 증상은 특히 어린이에게서 자주 볼 수 있다. 코막힘이 오면 먼저 그 원인을 정확히 찾아내어 전문치료를 받아야 하며 다음과 같은 민간의료법으로 치료할 수 있다.

〈약물치료〉

1)무(내복근): 산야초건강원 추천방법

맵지 않은 무를 강판에 갈아서 천으로 즙을 짠다. 성냥개비 끝에 약솜을 감아 짜낸 무즙에 적셔 콧구멍 안에 넣고 이곳저곳에 잘 바른다. 위쪽의 깊은 곳에 넣으면 재채기가 나므로 주의해야 한다. 이렇게 하면 좀 쓰린 감은 있으나 곧 코가 뚫린다. 무즙은 살균작용이 있어 코감기를 비롯한 상기도에 염증으로 코가 막힐 때 좋다.

2)도꼬마리열매(창이자), 인동덩굴꽃(금은화), 꼭두서니(천초): 산야초건강원 추천방법

도꼬마리열매, 인동덩굴꽃 각각 12g, 꼭두서니 10g을 물에 달여 하루 3번에 나누어 먹는다. 비염으로 코가 메고 콧물이 나오는 데 쓰면 효과가 있다.

3)대추, 감초:

대추 15g을 감초 2g과 함께 달여서 한번에 먹으면 막힌 코가 잘 뚫린다. 말린 대추나 감초에는 여러 가지 염증을 없애고 코 안의 작은 핏줄들에 작용하는 물질들이 있어 코가 막히거나 상기도 염증으로 오는 코막힘에 쓰면 좋다.

4)참깨기름:

끓여 두고 코 안에 2-3방울씩 넣는다. 양을 점차적으로 늘려 5-6 방울씩 하루 2-3번 넣는 것이 좋다.

오랜 기간을 두고 코가 막히면 그 원인에 관계없이 참깨기름을 넣는 방법을 많이 썼는데 참깨기름 속에는 단백질과 비타민류들, 스테아린산을 비롯한 여러 가지 산들이 들어 있어 그들의 작용에 의하여 코 안의 염증을 없애고 코가 마르면서 답답하던 것을 낫게 한다.

5)수세미오이: 산야초건강원 추천방법

줄기 10~15g을 물에 진하게 달여 한번에 먹든가 약한 불에 볶아서 보드랍게 가루내어 코에 붙여 넣어도 좋다. 염증을 없애고 해독작용이 있으며 피를 잘 통하게 하므로 몇 번만 먹으면 콧물이 나오면서 막힌 코가 뚫린다.

코가 하는 일은 여러가지다.

숨을 쉴 때 통로가 되고,냄새를 맡으며,체온을 조절하는 역할도 한다. 또 말을 할 때 소리가 울리게 하는 울림상자의 기능을 하기도 한다. 비음을 특히 많이 쓰는 프랑스인들은 코가 막히면 언어생활에 치명적이다.

특히 콧속의 섬모와 점액은 공기중의 먼지 입자와 세균 등 각종 이물질을 잡아서 걸러내는 작용을 한다. 때문에 코가 막혀 입으로 숨을 쉬게 되면 각종 병원균이 잘 걸러지지 않을 뿐 아니라 답답함과 짜증을 유발해 집중력을 떨어뜨린다. 심하면 두통과 숨이 차는 증세까지 나타날 수 있다.

서울대병원 이비인후과 민양기 교수는 “최근 만성 비염이나 축농증 등 코 질환이 급증하면서 고질적인 코막힘으로 고생하는 사람들이 늘고 있다”면서 “약물 투여나 수술 등 의학적 치료도 중요하지만 일상에서 손쉽게 실천할 수 있는 콧병 예방 수칙을 지키는 노력이 더 필요하다”고 지적했다.

◇코막힘,왜 생기나=코막힘의 원인은 다양하다. 콧속 가운데를 둘로 나누는 칸막이뼈(비중격)가 반듯하지 못하고 한쪽으로 휘거나 돌출된 비중격 만곡증,비중격의 양 옆에 있는 콧살(하비갑개)에 만성 염증이 생겨 점막이 부어서 코가 막히는 만성비후성 비염,콧속 빈 공간(부비동)에 염증이 생겨 고름이 괴는 만성부비동염(축농증),축농증이 심해지면 생기는 물혹 등은 모두 공기가 들고나는 코의 길을 좁게 만들어 코막힘을 초래한다.

코 점막이 꽃가루나 황사먼지 등에 과민 반응을 보이는 알레르기성 비염이나 감기,스트레스 때문에 코의 혈관이 확장돼 점막이 부어올라 코가 막히는 경우도 있다. 또 최근 이탈리아의 한 연구진은 음식에 넣는 특정 향료가 심각한 코막힘을 유발한다는 연구결과를 발표해 주목을 끌었다.

◇치료는 어떻게=알레르기성 비염으로 인한 코막힘은 체질과 관련돼 있어 단 한번으로 속 시원히 치료할 수 있는 방법이 없다. 꽃가루 등 원인 물질을 최대한 피하는 환경요법과 약물 치료를 병행하는 것이 최선이다.

약물 치료에는 항히스타민제나 스테로이드제,스프레이 타입의 혈관 수축제 등이 주로 쓰인다. 항히스타민제는 재채기나 콧물 치료에는 효과적이지만 코막힘을 해소하는 데는 큰 효과가 없고 졸리운 부작용이 있다. 스테로이드제는 항염증 작용이 있지만 비만증이나 소화기 궤양 등의 부작용이 따를 수 있다.

반면,스프레이 타입의 혈관 수축제는 빠른 시간 안에 효과적으로 코막힘을 해소할 수 있다. 민 교수는 “밤에 갑작스런 코막힘으로 잠이 안 오거나 병원에 가기 어려운 상황일 때는 약국에서 스프레이 타입의 혈관 수축제를 구입해 사용하면 좋은 효과를 얻을 수 있다”고 말했다. 다만 오래 사용하면 오히려 ‘약물성 코막힘’을 유발할 수 있어 1주일 이상 사용하지 않는 것이 좋다. 혈관 수축제의 대표적 약물은 오텐리빈이 대표적이다.

콧속 질병이 문제일 때는 약물 치료만으로 완치가 힘들고,재발 가능성도 커 수술을 해야 치료가 가능하다. 비중격 만곡증은 비중격의 물렁뼈를 제거하지 않고 연골의 탄성을 이용해 휘어진 부분을 바로잡는 교정술이 최근 일반화되고 있다. 만성 비후성 비염은 전기로 염증 부위를 태우거나 레이저로 잘라내는 수술이 많이 시행되고 있다. 축농증이나 물혹은 내시경을 이용한 수술이 출혈과 합병증이 적어 많이 이용된다.

◇예방법=코막힘 예방을 위해서는 환경 개선과 체력 관리가 중요하다. 아파트 등 실내 온도가 높고 습도가 낮은 주거 환경은 콧병의 원인이 될 수 있으므로 적절한 습도를 유지하도록 해야 한다.

술,담배는 삼가고 콧속과 입속을 청결히 해야 한다. 치석도 꾸준히 제거해 주는 것이 좋다. 신선한 과일과 야채를 많이 섭취하고 규칙적인 운

동도 필수.

또 요즘처럼 건조한 날씨나 황사가 나타날 때는 감기나 알레르기성 비염을 일으켜 코가 막힐 수 있다. 이럴 땐 물을 많이 마시고,코에 뜨거운 김을 쐬주면 코막힘 증상이 완화될 수 있다. 항상 손발을 깨끗이 씻고 정기적으로 생리 식염수를 이용해 콧속을 세척해 주는 것도 도움된다. 코 세척제로는 피지오머,노즈후레쉬,스테리마 같은 제품들이 나와 있으며,약국에서 구입할 수 있다.

◇ 유아 코막힘 예방법

아기들은 콧구멍이 작고 예민한데다 분비물이 많아서 날씨가 조금만 건조해도 코가 자주 막힌다. 때문에 가슴기를 틀어놓거나 빨래 등을 널어 놓아서 습도를 올려 주고,물을 많이 먹이는 것이 좋다. 가슴기 사용과 충분한 수분 섭취는 코를 묽게 만들어 자연스럽게 밖으로 흘러나오게 하기 때문이다.

손가락으로 코 옆을 약간 열이 날 때까지 문질러 주거나,따뜻한 물수건을 코에 대어 주는 것도 한 방법. 또 식염수를 콧속에 떨어뜨리는 것도 코막힘을 덜하게 해준다.

코가 심하게 막혔을 때는 혈관 수축 작용을 하는 스프레이 제품을 사용하면 빠르게 해소할 수 있다. 단,아이들의 코는 어른에 비해 민감하므로 반드시 아이들 전용 제품을 사용해야 하고,코에 무리가 갈 수 있으므로 1주일이상 사용은 하지 않도록 한다.

코 흡입기를 사용해서 한 두번 코를 뽑아주는 것은 효과가 있지만,너무 자주 사용하거나 너무 강하게 빨아내면 역효과가 나다. 점막이 마르거나 손상돼 코가 더 막히기도 하고,코 안에 든 몸에 유익한 성분까지 없애기 때문.면봉은 잘못 코 깊숙이 넣으면 아이가 다칠 수 있으므로, 코 입구의 딱딱한 코딱지를 제거 정도로만 사용하는 것이 바람직하다.

출처: 동의보감에서 자료를 재 정리해서 올립니다.

산야초건강원에서 권하는 비염에 좋은 약초

1. 홍삼엑기스를 복용을 한다.

홍삼엑기스는 반드시 5년근이상의 인삼 이어야 하고

달여서 엑기스를 낸것이여야 합니다.(믿을수 있는 가게서 구입)

2. 유근피로 만든 진액을 천일염에 혼합하여 수시로 코 안쪽에 발라준다.

이때 유근피달인 엑기스도 함께 복용한다

3. 창이자를 법제하여 수시로 코안에 발라준다.

4. 홍삼엑기스+유근피치료

홍삼엑기스+ 창이자치료

홍삼엑기스 + 수세미오이엑기스+배즙

5.가격이 비싸더라도 친환경과 질이 좋은 약재를 이용하세요.

중탕기로 하면 높은 열과 고압으로 약성이 많이 죽어 효능이 떨어집니다.

전통방식의 저온과 무압으로 오래동안 달여내는 약초전용구로 달여야 효과가 있습니다

산야초건강원

구입문의 019-529-2322



느릅나무(유근피)

느릅나무는 아름답고 깔끔한 인상을 주는 나무다.

느티나무와 닮았으며 산 속 물가나 계곡 근처에서 자란다. 그 껍질을 유피, 뿌리껍질을 **유근피**라고 한다.

느릅나무는 그 껍질이 상당히 질겨서 옛날에는 이 질긴 껍질을 꼬아서 밧줄이나 옷을 만들기도 했다.

느릅나무에는 종류가 여러 가지가 있다 그중 참느릅나무와 둥근 참느릅나무, 좀참느릅나무는 열매가 9~10월에 익고, 당느릅나무, 흑느릅나무, 떡느릅나무 등은 4~5월에 익는다. 이들 나무는 열매 익는 시기와 껍질의 생김새만 다를 뿐 잎 모양이나 약으로의 쓰임새는 같다.

약성 및 활용법

느릅나무의 껍질을 벗겨서 입으로 씹어보면 끈적끈적한 점액이 많이 나오는데 이 점액이 갖가지 종기나 종창을 치료하는 좋은 약이 된다. 약으로는 느릅나무 뿌리껍질을 쓰는데, 이른 본에 뿌리껍질을 벗겨 내어 그늘에서 말려서 쓴다. 말리면 대개 속껍질이 누렇게 된다.

느릅나무는 옛날부터 **이뇨약이나 종기 치료약**으로 써 왔다.

배고플 적에 껍질은 벗겨 먹고 잎은 찌서 먹었으며 열매로는 술이나 장을 담그기도 했다.

주의점

느릅나무는 천지의 음기를 받아 자라는 나무인 까닭에 뿌리껍질을 채취하거나 말릴 때 햇볕을 보면 약효가 반 이하로 떨어진다. 그러므로 해가 뜨기 전인 새벽에 뿌리껍질을 채취하여 그늘에서 말려 두고 약으로 써야 한다. 또 달이는 것보다 날로 쓰는 것이 효과가 훨씬 더 세다.

증상별 적용 및 복용법

▶느릅나무는 고름을 빨아내고 새살을 돋아나게 하는 작용이 매우 강하므로 종기나 종창에 신기한 효과가 있는 약나무다. **부스럼이나 종기가 난 데에 송진과 느릅나무 뿌리껍질을 같은 양씩 넣고 물이 나도록 짓찧어 붙이면 놀라울 만큼 잘 낫는다.**

▶느릅나무 뿌리껍질은 위궤양, 십이지장궤양, 소장궤양, 대장궤양 등 **갖가지 궤양에 뛰어난 효과가 있고 부종이나 수종에도 효과가 크다. 위암이나 직장암 치료에도 쓰며 오래 먹어도 부작용이 없다.**

위, 십이지장, 소장, 대장궤양에는 느릅나무 뿌리껍질 가루와 율무가루를 3:2의 비율로 섞어서 반죽하여 시루떡이나 국수로 만들어 먹으면 맛도 좋고 치료 효과도 좋다.

위암에는 꾸지뽕나무와 느릅나무 뿌리껍질, 화살나무를 함께 달여서 그 물을 마시고 직장암이나 자궁암에는 느릅나무 뿌리껍질을 달인 물로 자주 관장을 한다.

소변이 잘 나오지 않는 데는 느릅나무 뿌리껍질과 옥수수 수염을 각각 40g씩 섞은 다음 물을 붓고 달여서 찌꺼기는 짜서 버리고 그 물을 마신다.

부종이 있을 때는 잘게 썬 느릅나무 뿌리 속껍질 40g에 물 1리터쯤을 붓고 달여서 찌꺼기는 짜서 버리고 그 물과 밀가루 떡을 빈 속에 먹는다. 이는 하루에 먹을 양이다.

축농증이나 비염에는 느릅나무 뿌리껍질을 진하게 달인 물과 죽염을 3:1의 비율로 섞은 다음 그 물을 탈지면에 묻혀 잠자기 전에 콧 속에 넣는다. 처음에는 따갑고 아프지만 1~2개월 계속하면 대개 낫는다. 느릅나무 뿌리껍질을 물에 담가 두면 끈적끈적한 진이 많이 생기는데 그 진을 먹거나 피부에 바른다. 죽염을 섞어 피부에 바르면 각종 피부질환을 치료하고 피부를 아름답고 매끄럽게 하는 데 신기한 효과가 있다.

느릅나무 잎도 약으로 쓴다. 봄철에 돌아나는 어린순으로 국을 끓여 먹으면 불면증이 사라진다. **느릅나무 잎은 부작용이 없는 천연 수면제이다.**

느릅나무뿌리인 유근피에 대하여 북한에서 펴낸 <동의학사전>에서는 이렇게 기록하고 있다.

"유근피는 느릅나무뿌리껍질이다. 영유(零榆), 유피(榆皮), 유백피(榆白皮)라고도 한다. 느릅나무과에 속하는 낙엽성 교목인 느릅나무(Ulmus macrocarpa Hance)의 뿌리 껍질을 말린 것이다. 느릅나무는 우리나라 북부와 중부의 산시습에서 자란다. 이른봄과 가을에 뿌리를 캐어 물에 씻은 다음 겉껍질을 버리고 속껍질을 벗겨 햇볕에 말린다.

맛은 달고 성질은 평하다. 비경, 위경, 폐경, 대장경에 작용한다. 소변이 잘 나오게 하고 부종을 내리며 대변을 통하게 하고 위장의 열을 없앤다. 부종, 소변불리, 변비, 해소, 응중, 단독, 유선염 등에 쓴다. 하루 12~30그램을 물로 달이거나 가루내어 먹는다. 외용약으로 쓸 때는 달인 물로 씻거나 가루내어 바른다."

북한의 <약초의 성분과 이용>에서는 이렇게 적고 있다.

"느릅나무의 다른이름은 느릅재기나무이다. 이 식물의 높이는 약 10미터에 이르는 잎지는 큰키나무이다. 앞은 넓은 타원형이고 톱니가 있다. 봄에 연한 풀색의 작은 꽃이 모여 핀다. 북부와 중부의 산기슭에서 자란다.

뿌리껍질(유근피, 유백피): 6월경에 뿌리껍질을 벗겨 겉껍질을 다듬고 햇볕에 말린다.

열매(무이, 무이인): 열매를 따서 꽃, 잎을 섞어서 풀처럼 만들어두면 발효된다. 이것을 네모난 덩어리로 말린다.

성분: 껍질에 플라보노이드, 사포닌(용혈지수 1:1,900), 타닌질(3퍼센트), 많은 양의 점액질, 잎에 플라보노이드, 씨에 점액질, 쓴맛물질, 타닌질이 있다.

작용: 뿌리껍질은 작은 창자와 방광평활근의 운동을 강화시키며 기침멧이작용, 수렴작용, 항염증작용을 한다. 열매는 구충작용, 항균작용, 약한 설사작용을 한다.

응용: 동의치료에서 껍질을 달여 위아픔, 허리아픔에 먹는다. 염증약으로 고약을 만들어 끓은 상처(젖앓이)에 바른다. 열매(무이)는 회충증, 촌충증, 요충증, 소화가 안 될 때 벌레떼기약, 약한 설사약, 소화약으로쓰며 피부병에 고약을 만들어 바른다.

민간에서는 열매와 어린가지를 종양 치료에 쓴다. 위암, 위궤양에 느릅나무껍질 30그램에 물 300밀리리터를 넣고 달여서 하루 3번 나누어 먹는다. 또한 느릅나무껍질과 옥수수수염 각각 30그램에 물 300밀리리터를 넣고 달여서 방광염에 쓰면 좋다.

느릅나무껍질가루: 방광염, 요도염에 한번에 3~5그램씩 하루 3번 먹는다.

느릅나무열매 달임약: 물 200밀리리터에 2~8그램을 넣고 달여서 벌레떼기약으로 하루 3번 나누어 먹는다.

느릅나무껍질 달임약: 물 200밀리리터에 유피 20그램을 넣고 달여서 마른기침, 기관지염에 하루 3번 나누어 먹는다.

무이인산: 느릅나무열매 0.3그램, 갇신나물뿌리줄기(낭아) 5그램, 가위톱뿌리 0.1그램을 어린이 회충증에 한번에 0.5그램씩 먹는다.

무이산: 느릅나무열매 3그램, 두루미냉이씨와 백반 각각 10그램, 오수유나무열매 5그램을 가루내어 기름으로 반죽한 것이다. 가려우면서 잘 낫지 않는 어린이의 부스럼에 하루 2번 바른다."

출처: 동의보감에서 자료를 재 정리해서 올립니다.

산야초건강원에서 권하는 비염에 좋은 약초

1. 홍삼엑기스를 복용을 한다.

홍삼엑기스는 반드시 5년근이상의 인상 이어야 하고

달여서 엑기스를 낸것이여야 합니다.(믿을수 있는 가게서 구입)

2. 유근피로 만든 진액을 천일염에 혼합하여 수시로 코 안쪽에 발라준다.

이때 유근피달인 엑기스도 함께 복용한다

3. 창이자를 법제하여 수시로 코안에 발라준다.

4. 홍삼엑기스+유근피치료

홍삼엑기스+ 창이자치료

홍삼엑기스 + 수세미오이엑기스+배즙

5.가격이 비싸더라도 친환경과 질이 좋은 약재를 이용하세요.

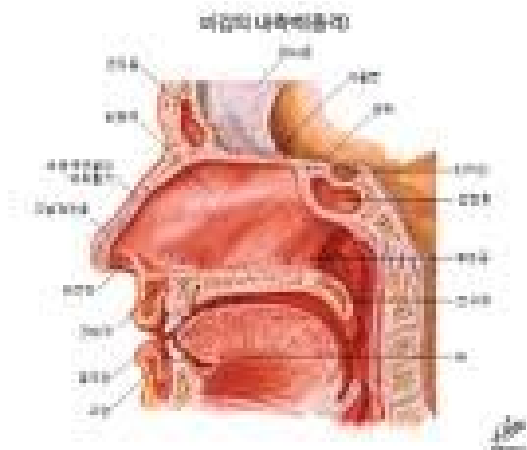
약초류는 동물(염소와 개등)이나 어류(붕어, 가물치등)를 달이는

중탕기로 하면 높은 열과 고압으로 약성이 많이 죽어 효능이 떨어집니다.

전통방식의 저온과 무압으로 오래동안 달여내는 약초전용구로 달여야 효과가 있습니다

산야초건강원

구입문의 019-529-2322



축농증이란?

축농증은 코와 부비동점막에 급, 만성염증이 생긴 상태로 부비동염이라 하며, 가장 흔한 만성 질환 중 하나이다.

부비동과 부비동 통로 주변의 염증때문에 두통이 나타난다.

전두부 부비동 염증에 의한 것은 눈쪽에 통증이 오고 협골부 부비동 염증에 의한 것은 뺨쪽에 통증이 온다.

좌우 한쪽 또는 양쪽 모두에 통증이 온다. 단순한 통증, 박동성 통증 등 두통의 종류는 다양하다.

한번 발생하면 수시간 계속되고 매일 재발하는 경우가 많은데 아침에 통증이 오는 경우가 많다.

국소적인 동통, 코막힘, 콧물 등의 증상이 동반될 수 있다.

기침, 재채기, 머리흔들기 등에 의해 통증이 악화된다.

코의 충혈완화제에 의해 완화된다.

코 주위의 뼈 속에 위치한 부비동은 상악동 사골동 전두동 접형동으로 구성되어 있으며, 공기로 채워진 공간에 염증이 일어난 상태로 고름 등으로 대체되는 현상을 말한다.

축농증은 급성과 만성으로 나뉘어진다.

즉, 감기후의 바이러스나 세균성 급성비염 끝에 일어나는 경우를 급성부비동염이라고 한다. 급성축농증 환자는 코가 막히고 콧물이 많아지고 광대뼈 부위의 통증과 두통 열 무력감 등을 호소하기도 한다.

어린이의 경우에 감기가 오랫동안 지속되어 하얀색 콧물이 노랗게 바뀌고 기침을 하게 되면 급성축농증이 될 수 있으므로 관찰을 잘 해야 한다. 콧물 기침 입냄새 등이 동반되며 심할 경우 누런 색깔의 콧물 코막힘 증상등이 나타날 수 있다.

♣ 목련꽃망울(신이화)와 세신은 코가 막히고 냄새를 잘 못 맡으며 염증이 있을 때 유효한 약재이다 : 목련 · 세신

♣ 축농증에는 삼백초를 달여 차 대신 매일 마시면서 코 주변과 눈 아래를 지압해 준다. 놀랄 만큼 효과가 크다. 쑥바귀 · 천궁 · 수세미가 좋다.

발육탕법

축농증에는 물 온도를 41℃를 유지시켜 30분 동안 담근다.
원형고춧가루파스와 경혈 테이프의 부착시간은 11시간

♣ 갈근탕 (산야초건강원서 추천하는 약초)

급성증의 초기 또는 수술 후 재발했을 때 사용한다. 어깨에서 등까지 결리고, 코막힘, 머리가 무겁고, 열이 나는 경우 체력이 있는 사람에게 효과가 있다. 코가 자꾸막히는 경우에는 신이와 천궁을, 변비가 있을 때는 천궁과 대황을, 목이 마를 때는 석고를 가해서 사용한다. ->효과를 본 경우가 있습니다.

♣ 형개연교탕

체력이 있고 피부가 거무스름하며 근골질이고 복근의 긴장이 강하기 때문에 복진을 하면 간지러워서 손을 뿌리치려는 신경과민적인 면이 있으며, 손 ` 발에 땀이 차는 사람의 만성 축농증에 사용한다. 또 이러한 기준과는 달리 갈근탕으로 별로 효과가 없는 사람에게도 사용한다.

♣ 대시호탕

다부지고 체력이 좋은 사람으로서 어깨결림, 변비 기미, 늑골 아래의 압통과 저항(흉협고만)이 강한 대 사용한다.

♣ 방풍통성산

다부지고 비만 체질인 사람으로서 복부가 팽만 충실하고, 변비 경향이며, 짙은 코가 많이 나오는 사람에게 사용한다.

♣ 영계출감탕

만성화된 축농증으로 위 무력증, 위하수 경향이 있고, 위내경수, 어지러움, 현기증 증상이 있는 허약 체질자에 사용한다.

♣ 보중익기탕

허약 체질이고 자주 피곤을 느끼는 사람의 만성화된 축농증으로 식욕이 없고, 손발이 나른한 경우에 사용한다.

♣ 십전대보탕 (산야초건강원서 추천하는 약초)

보중익기탕을 사용하는 경우보다 더 쇠약하고 빈혈이 있으며, 코가 막히지만 콧물은 맑을 때 사용한다.

♣ 청상방풍탕

체력이 좋은 젊은이로서 여드름이 병발한 경우에 사용한다.

♣ 온청음

만성화된 축농증으로 빈혈이 있고, 하반신이 차고 상반신에 상기가 있으며, 체력이 좋지 못한 사람으로서, 비 점막에 가려움이 있는 경우에 사용한다.

출처: 동의보감에서 자료를 재 정리해서 올립니다.

산야초건강원에서 권하는 비염에 좋은 약초

1. 홍삼액기스를 복용을 한다.
홍삼액기스는 반드시 5년근이상의 인삼 이어야 하고
달여서 액기스를 낸것이여야 합니다.(믿을수 있는 가게서 구입)
2. 유근피로 만든 진액을 천일염에 혼합하여 수시로 코 안쪽에 발라준다.
이때 유근피달인 액기스도 함께 복용한다
3. 창이자를 법제하여 수시로 코안에 발라준다.
4. 홍삼액기스+유근피치료
홍삼액기스+ 창이자치료
홍삼액기스 + 수세미오이액기스+배즙
5. 가격이 비싸더라도 친환경과 질이 좋은 약재를 이용하세요.

약초류는 동물(염소와 개등)이나 어류(붕어,가물치등)를 달이는

중탕기로 하면 높은 열과 고압으로 약성이 많이 죽어 효능이 떨어집니다.
전통방식의 저온과 무압으로 오래동안 달여내는 약초전용구로 달여야 효과가 있습니다

산야초건강원
구입문의 019-529-2322



도꼬마리

도꼬마리는 가장 널리 흔하게 쓰는 민간 약초의 하나이다.

씨앗을 창이자, 시이실, 호시, 지규, 시일, 상사 등으로 부르며

예부터 나병·축농증·비염·관절염 등의 치료약으로 이름이 나 있다.

도꼬마리는 엉거시과에 딸린 한해살이풀로 우리 나라,

일본, 중국 등에 자란다. 키는 2미터쯤 자라고 줄기와 잎에 털이 많으며 잎은 톱니가 있는 둥그스름한 세모꼴이다.

여름에 연한 녹색 꽃이 피어 가을에 열매가 익는데 열매에 가시가 많아

스치기만 해도 옷에 잘 달라붙는다.

축농증치료에 특효약

도꼬마리는 축농증에 특효약이라 할 만하다.

씨앗을 가루 내어 물에 타서 수시로 콧속을 씻어 주고, 또 그것으로 양치질을 하고 이와 함께 잎과 줄기를 달여 차처럼 마시면

웬만한 축농증은 보름이면 완전히 낫는다.

알콜올치료

도꼬마리 씨앗은 알코올 중독을 치료하는 데에도 특효다.

알코올 중독으로 날마다 술을 마시지 않고는 못 배기는 사람이나

술로 인하여 거의 폐인이 된 사람까지도 고칠 수 있다.

도꼬마리 씨를 은은한 불로 볶아서 하루 1백 개쯤을 물에 넣고 달여서 그 물을 차처럼 수시로 마신다. 그러면 차츰 술 맛이 없어져서 마시지 못하게 되며 술로 인해 몸 안에 쌓인 독이 모두 풀린다.

중국에서 수입한 것은 별 효과가 없고 반드시 우리 나라에서 난 것을 써야 효력이 있다.

어떤 사람이 알코올 중독에다 축농증과 비염이 겹쳐 온갖 약을 다 써봐도 별 효과를 못 보았으나
흔해 빠진 도꼬마리로 마침내 모든 병을 한꺼번에 고쳤다고 한다.

도꼬마리는 중풍과 두통에도 효력이 상당하다.

씨앗을 볶아 가루 내어 1찻술갈씩 하루 3번 먹거나 술에 담가 우려내어 복용한다.

두통·가벼운 중풍·고혈압 등이 낫고 오래 복용하면 중풍을 예방할 수 있을 뿐만 아니라
눈과 귀가 밝아지고 흰머리가 검어져서 오래 살 수 있게 된다. 도꼬마리는 백납이라고 부르는 백전풍에도 효과가 있다.
도꼬마리 줄기와 잎을 진하게 달여 고약처럼 만든 다음에 오동나무 씨 크기로 알약을 만들어
한번에 20~30알씩 하루 2~3번 복용한다.

주의사항

복용하는 동안 돼지고기·닭고기·소고기 등 모든 육류와 술·커피 인스턴트 음료, 라면 등을 일체 먹지 말아야 한다.
6개월 이상 꾸준히 복용하면 반드시 효험을 본다.

도꼬마리를 진하게 달인 고약이나 신선한 것을 짓찧어 종기나 악창에 붙이면 잘 낫는다.

음력 5월 5일에 도꼬마리 줄기와 잎을 채취하여 씻어 말렸다가 물로 오래 달여서 고약처럼 만든 것을 ‘만응고’라 한다.

만응고는 모든 악창·종기·치통·축농증·중이염·두드러기 온갖 피부병에 신기하리 만큼 효과가 있다.

악창과 종기에는 아픈 부위에 바르고 치통에는 아픈 치아에 바르며 헛바닥이 부었을 때는 헛바닥에 바른다.

술과 함께 1찻술갈씩 복용하면 효과가 더욱 빠르다.

도꼬마리에는 요오드 함량이 높기 때문에 갑상선 기능저하에도 쓰고, 관절염, 나병, 악성종양에도 쓴다.

도꼬마리 줄기에 기생하는 벌레도 종기와 악창에 특효가 있다고 한다.

몸살·감기·뺨마디가 सू시고 아플 때에는 씨앗을 가루 내어 더운물에 타서 복용하든지 물 한 되에 볶은 씨앗 반 흡을 넣고 물이 반으로 줄 때까지 달여서 하루에 세 번으로 나누어 마신다.

오래 복용하면 눈과 귀가 밝아지고 골수가 튼튼해지며 관절염이 치료·예방되고

머리카락이 검어지고 힘이 나며 무병 장수한다. 흔하면서도 가장 귀한 약이 도꼬마리이다

출처:동의보감에서 자료를 재 정리해서 올립니다.

산야초건강원에서 권하는 비염에 좋은 약초

1. 홍삼엑기스를 복용을 한다.

홍삼엑기스는 반드시 5년근이상의 인삼 이어야 하고

달여서 엑기스를 낸것이여야 합니다.(믿을수 있는 가게서 구입)

2. 유근피로 만든 진액을 천일염에 혼합하여 수시로 코 안쪽에 발라준다.

이때 유근피달인 액기스도 함께 복용한다

3. 창이자를 법제하여 수시로 코안에 발라준다.

4. 홍삼액기스+유근피치료

홍삼액기스+ 창이자치료

홍삼액기스 + 수세미오이액기스+배즙

5.가격이 비싸더라도 친환경과 질이 좋은 약재를 이용하세요.

약초류는 동물(염소와 개등)이나 어류(붕어,가물치등)를 달이는

중탕기로 하면 높은 열과 고압으로 약성이 많이 죽어 효능이 떨어집니다.

전통방식의 저온과 무압으로 오래동안 달여내는 약초전용구로 달여야 효과가 있습니다

산야초건강원

구입문의 019-529-2322



동의보감에서 자료를 재정리해서 올립니다.

수세미오이

박과의 1년생 덩굴성식물. 수세외 · 수세미오이라고도 한다.

줄기는 갈라지며 덩굴손을 내어 다른 물체를 감으면서 올라간다. 잎은 오이잎과 비슷한 모양으로 어긋나며 꽃은 7~10월에 자웅동주(雌雄同株)로 달린다. 수꽃은 각 잎겨드랑이에 여러 개가 모여 피고, 암꽃은 곳곳의 잎겨드랑이에 1개씩 핀다. 열매는 길이 60cm 정도로 오이처럼 처음에는 녹색이다가 익으면 노랗게 변하며 겉에 세로로 얇은 골이 진다. 어린 것은 식용 하지만 성숙한 것은 섬유질이 그물모양으로 열매 안을 조밀하게 채우고 있어 다른 용도로 많이 쓰인다. 이 섬유질조직을 수세미로 이용한 데서 열매의 이름도 비롯되었다. 수세미 이외에도 성숙한 섬유는 주로 철도차량의 차축급유(車軸給油)의 버트나 선박기관 및 갑판의 세척용 슬리퍼 그리고 바구니 등을 만드는 데 쓰인다. 줄기의 절단면에서 나오는 수액은 화장품의 원료로 쓰이기도 하며, 열매는 통경·진해·이뇨 등에 약용으로도 쓰인다. 번식은 씨로 하는데 봄에 호박을 심는 것과 같이 심으면 된다. 동아시아와 유럽 남부, 아프리카에서 널리 재배된다. 여름에는 그늘을 드리워 시원하므로 정원수로도 심는다.

수세미는 호박과 같이 타고 올라가는 성질이 있으나 잎사귀가 오리 발바닥처럼 갈기갈기 갈라져 있는 것이 특징이다. 줄기는 덩굴손으로서 다른 물건을 감아 올라가고 잎은 손 바닥 모양이다. 열매(수세미)는 원기둥 모양으로 오이와 비슷하지만 더 크다. 다 익은 열매는 씨를 빼고 그릇을 닦는 수세미로 사용하며 액즙은 향료로 쓴다.

효능

수세미는 약용 부분이 실 모양으로 여러 층 얹혀 있고 그 모양과 길이가 오이와 비슷하다. 옛날에는 식기를 닦을 때 수세미를 많이 이용했다. 수세미는 식용보다는 약용으로 많이 이용됐는데, 산후에 젖이 붓고 아프면서 젖이 잘 나오지 않을 때 수세미를 달여 먹으면 젖이 잘 나온다. 수세미는 성질이 차서 몸에 열이 많아 생기는 가래를 삭이고, 뜨거운 피를 식혀 줌으로써 혈액순환을 촉진시키고, 소염 작용을 한다. 변비, 축농증, 얼굴이 후끈 달아오르는 증상 등을 치료하는 데 효과가 좋다. 또, 씨와 잎은 이뇨작용과 해독작용이 있으며, 껍질과 뿌리는 진통, 소염 작용을 한다. 약으로 복용할 때는 하루 5~10g을 달여서 먹거나, 검게 그을려 가루 내어 물에 타서 마시면 된다. 외용약을 쓸 때는 가루를 물에 개어 바르면 된다. 민간에서는 축농증일 때 수세미 줄기를 잘라 그 수액을 먹기도 한다. 주요 성분은 사포닌, 기베를린, 갈락토스, 크실로스 등이다

- ♣ **[비염]** 등으로 고름 같은 콧물이 나오고 냄새를 잘 맞지 못할 때 수세미 줄기를 적당한 크기로 잘라 10 ~ 15g을 적당량의 물에 달여 먹는다
- ♣ 젖이 부족한 산모는 수세미 덩굴을 태운 후 가루내어 한 번에 4g씩 하루 한 번 3일 동안 먹는다.
- ♣ 기관지염에는 수세미와 알로에를 같은 량으로 즙을 내어 먹는다.
- ♣ 천식에는 수세미를 달임약 아니면 즙을 내어 먹으면 효과가 높다.
- ♣ 피부가 투실 트실 하면서 살갗이 트는 데는 8 ~ 9월 중에 수세미 줄기에서 뽑아낸 물 500ml에 꿀 5 ~ 6숟가락을 섞어 바르면 좋다.
- ♣ 염구리가 결리거나 팔다리가 쭈시는 데 붓는 데, 장염 등에 수세미 오이 속을 하루 5 ~ 10g씩 달임약으로 먹는다.
- ♣ 목덜미, 어깨 등이 결릴때(오십견) : 수세미 열매를 가루내어 매일 10g씩 먹는다.
- ♣ 축농증에는 적당한 양의 수세미덩굴(땅에서부터 1.5m되는 곳을 베어낸 것)을 불에 태운 후 보드랍게 가루 내어 찬 물에 타서 하루에 3번 먹는다.
- ♣ 허배가 부를 때 : 수세미오이씨를 약한 불에 말린 다음 보드랍게 가루내어 한 번에 3~5g씩 술 한잔에 타서 먹는다. 수세미오이는 복수도 잘 빠지게 할 뿐 아니라 허배 부른 것도 잘 낫게 한다.

신경통

가을에 추출해낸 수세미 원액(수액)에 설탕을 넣고 함께달여서 하루에 3회 소주잔으로 1~2잔씩 마신다.

기침

수세미즙이나 원액 1함에 설탕을 적당히 넣고 졸여, 이를 하루분으로 하여 한동안 계속하여 마신다.

목이 부었을 때

목 안이 부어 올랐을 때는 수세미즙이나 원액을 마신다.

두통

수세미즙이나 원액 1함을 하루분으로 하여 2~3회 나누어 마신다.

땀띠, 손발 트는데, 화상

수세미즙이나 원액을 평소에 화장수로 사용한다.

기관지 천식

말린 수세미를 달여서 마시거나 가루로 만들어 매일 10g씩 먹는다.

목 안에 가시가 걸렸을 때

말린 수세미(말라서 바삭바삭한 것)를 가루로 만들어서 이것 10g 쯤을 술로 마신다.

모유가 잘 나오지 않을 때

말린 수세미 열매를 가루를 내어 1일 10g 정도를 더운 술이나 물에 타서 3~4일정도 마신다.

습진

말린 수세미를 가루로 만들어 참기름에 갠 것을 바른다.

요통

수세미외 뿌리를 볶아 가루를 만들어 1회에 5~6g씩 먹거나 수세미외 줄기를 하루 30~40g씩 물에 달여 2~3회에 나누어 먹는다.

복통

말린 수세미를 가루로 만들어 10g 쯤을 술로 마신다.

가래(담)

수세미 줄기에서 받은 물(원액) 1흙을 하루분으로 하여 2~3회 나누어 마신다.

비염, 축농증

목은 수세미 넝쿨을 가루를 내 하루에 3번 1숟가락씩 복용, 어린 수세미 열매를 즙을 내거나 말린 뒤 끓여 먹는다.

황달

수세미의 씨를 볶아서 만든 가루를 1회 2돈씩 하루 3회 물로 복용 한다.

견비통

어깨 관절이나 주위의 근육, 힘줄의 노화 현상이 견비통인데 잘 익은 열매를 햇볕에 말려 가루를 내어 매일 10g씩 먹는다.

월경불순(생리통)

말린 수세미 가루를 한번에 1숟가락씩 하루3회 술이나 물에 타서 마신다.

변비, 정장, 건위

수세미즙이나 원액을 마신다.

기미, 주근깨

수세미씨를 가루로 만들어 수세미 수액이나 꿀 등에 개어 얼굴에 (팩)바른다.

수세미의 효능

1, 사과: 수세미 오이 잘익은 열매 전체

맛은 달며 성질은 평하고 무독하다. 간, 위, 신경에 들어간다. **효능은 열을 내리고 담을 삭이며 피를 식히고 해독하는 효능이 있다. 열병으로 인한 신열변갈, 담천 해수, 장풍치루, 붕대, 혈림, 정창, 젖이 나오니 않는 증세, 응종을 치료한다.** 하루 12~20그램(신선한 것은 80~150그램)을 물로 달여서 복용한다. 또는 태워서 재로 하여 가루낸다. 외용시 짓찧어 즙을 짜서 바르거나 가루내어 배합해서 바른다.

2, 사과근: 수세미 오이 뿌리

맛은 달며 성질은 평하고 독이 없다. 피를 잘 순환하게 하고 부종을 내리는 효능이 있다. 편두통, 요통, 유선염, 인두염, 축농증, 후두염, 장풍 하혈, 치루를 치료합니다. 하루 4~12그램(생것은 40~80그램)을 물로 달여서 복용하거나 약성이 남을 정도로 태워서 가루낸다. 외용시 달인 액으로 씻거나 즙을 내서 바른다.

3, 사과등: 수세미 오이 덩굴

맛은 쓰며 성질은 약간 차고 독이 약간 있다. 심, 비, 신의 3경에 들어가며 근육을 이완시키고 혈액 순환을 촉진하며 비를 튼튼하게 하고 살충하는 효능이 있다. 허리 무릎 사지의 마비, 월경 불순, 수종, 만성기관지염, 위축성 비염, 만성 부비강염, 충치, 비연, 잇몸의 출혈을 치료한다. 하루 40~80그램을 물로 달이거나 약성이 남을 정도로 강한 불로 태워서 가루내어 복용한다. 외용시 약성이 남을 정도로 강한 불로 태워서 가루낸 후 개어 바른다.

4, 사과락: 수세미 오이 열매속에 들은 망사처럼 생긴것

맛은 달고 성질은 평하고 독이 없다. 경락을 활성화 하며 열을 내리고 담을 삭이는 효능이 있다. 흉협동통, 복통, 요통, 고환 종통과 폐열담해, 무월경, 유즙 불통, 응종, 치질을 치료한다. 하루 6~12그램을 물로 달여서 복용하거나 또는 약성이 남을 정도로 볶아서 가루내서 복용한다. 외용시 약성이 남을 정도로 태워서 가루내어 개어서 바른다.

5, 사과엽: 수세미 오이의 잎

열을 내리고 해독하는 효능이 있으며, 응저, 정종, 신경성 피부염, 백선, 더위먹은데, 뱀에 물린 상처, 화상을 치료한다. 하루 40~120그램을 물로 달이거나 즙을 짜거나 가루내어 복용한다. 외용시 달인물로 씻거나 찢어서 바르거나, 또는 가루내어 개어 바른다.

6, 사과자: 수세미 오이의 씨앗

수세미오이의 종자에는 **강력한 설사 작용이** 있으며 복용량은 종자 7~10개 분의 분말이다. 15~20개를 복용하면 심한 설사를 일으킨다. 유효성분은 elatine이다. 뿌리도 설사약으로 쓰인다. **씨앗이 쓴것은 기운이 차고 독이 있으며 단것은 독이 없다. 물기를 배출시키고 열을 내리는 효능이 있다. 사지와 안면 부종, 요로결석, 장풍, 변비, 유즙 분비, 치루를 치료한다.** 하루 4~12그램을 물로 달이거나 누렇게 볶아 가루내어 복용한다. 외용시 분말로 개어서 바른다. 각기, 허장, 냉기 환자가 복용하면 병이 심해진다. <식물본초>, 비허한 자는 사용을 금한다. <득배본초>, 임신부는 복용해서는 안된다. <남영시약물지> 요통이 멎지 않을 때의 치료는 수세미오이씨를 누른 자국이 날 정도로 볶아 갈아서 술로 복용하고 남은 찌꺼기를 바른

다. <부인양방보유> 임상보고에서 회충을 없애는데는 검은 수세미오이씨(흰 것은 효과가 없다)의 인(仁)을 공복에 씹어 먹거나 찢어 가루내어 캡슐에 넣어, 1일 1회 복용한다. 성인은 40~50알씩, 소아는 30알을 2일간 연속 복용한다. 857명을 치료한 결과 모두 회충이 나왔다. 물고기에 대하여 강한 독성이 있으며, 곤충을 죽이는 작용이 있다는 것이 증명되었다.

7, 사과체: 수세미 오이의 꼭지

소아의 두창을, 모든 인후부종 및 동통을 치료한다. 인후통의 치료에는 강한 불로 태워서 가루낸 수세미오이 꼭지를 강한 불로 구운 거위의 똥과 빙편을 갈아 섞어서 목안에 붙여 넣는다. <남영시약물지>

8, 사과피: 수세미 오이의 열매의 겉껍질

금창, 정창, 화독, 좌반창, 부종에 가루내어 소주에 개어 문질러 바른다.

9, 사과화: 수세미 오이의 꽃

맛은 달고 약간 쓴맛이 있고 성질은 차다. 열을 내리고 해독하는 효능이 있으며, 변비, 폐열 해수, 심한 천식, 호흡곤란, 인후통, 비두염, 정창, 치질을 치료한다. 하루 8~12그램을 물로 달여서 복용한다. 외용시 짓찧어 붙인다."

"수세미는 성질이 평온하고 맛은 달며 독이 없다.

1, 요통

수세미 껍질 벗긴 것을 보드랍게 으깨어 따뜻한 술이나 온수에 약간 술을 타서 8~12그램을 복용하면 된다. 또 수세미오이 뿌리를 태워 가지고 가루를 만들어 따뜻한 술이나 온수에 술을 타서 8그램씩 복용해도 효력이 있다. 계속 복용해도 좋다.

2, 축농증

수세미오이 뿌리와 덩굴을 태워 재로 만들어 매일 3 차례 식후마다 따뜻한 술 또는 온수로 4 그램씩 복용하면 된다. 오래 복용하면 매우 효력이 있다.

어린 수세미오이는 식용으로 이용하였으며, 수세미오이의 줄기에서 채취한 수액은 화장수로 이용하거나 갖가지 질병치료에 이용되어 왔다. 피부가 거칠거나 살갓이 뜬데는 8~9월 경에 수세미오이줄기를 땅에서부터 약 50cm 높이에서 자르고 뿌리가 달린 쪽 줄기 끝을 병에 넣어 놓으면 며칠 사이에 물이 나와서 고이는데 500ml에 꿀 5~6 숟가락의 비로 섞어 서늘한 곳에 두고 겨울에 하루 3번씩 상처를 깨끗이 씻고 바른다. 피부가 터질터질 하고 거친 데 주로 바르는데 피부 밑의 혈액순환을 좋게 하고 염증을 없애는 작용을 하므로 피부가 뜬 것을 낫게 한다. 배에 복수가 찬데는 수세미오이의 덩굴을 땅에서 30cm 정도 올라간 부위의 줄기를 칼로 자르고 그 끝을 병에 넣어 하룻밤 두면 500ml의 물이 나온다. 이 물을 여러 번에 나누어 마시면 오줌이 잘 나가면서 복수가 빠진다.

수세미오이의 섬유는 그릇을 닦는 데 이용되었으며 슬리퍼, 바구니, 모자속 등의 재료로 이용되고 있다. 종자는 기름을 짜거나 약용으로 또는 사료용으로 이용되기도 한다. 헛배부른데는 수세미오이씨를 약한 불에 말린 다음 보드랍게 가루내어 한 번에 3~5그램씩 술 한잔에 타서 먹는다. 수세미오이씨는 뱃물도 잘 빠지게 할 뿐 아니라 헛배 부른 것도 잘 낫게 한다. 회충에는 수세미오이씨 40~50알을 하루 양으로 하여 씨를 까서 먹는다. 회충이 죽는다.

만성 신장염에는 늦은 여름에 수세미오이 줄기를 땅에서부터 40~50cm정도 올라가 자르고 그 끝에 깨끗한 병 아가리에 연결시켜 즙액을 받아 한번에 30~50ml씩 하루 3~4번 끼니 사이에 먹는다. 또는 줄기 40~80그램을 물에 달여서 하루 2~3번에 나누어 1주일 정도 먹어도 좋다. 오줌을 잘 나가게 하므로 부은 것을 내린다.

비염에는 수세미오이 줄기를 적당한 크기로 썬 것 10~15그램을 물에 달여 한번에 먹거나 약한 불에 볶아서 보드랍게 가루내어 코 안에 넣어 넣는다. 달여 먹는 것이 더 효과가 있다. 1~2번 먹으면 막혔던 코가 뚫리고, 5~6번만 먹으면 만성 단순성 코염은 낫는다. 만성 위축성 코염 때에 고름 같은 콧물이 나고 냄새를 맡지 못하는 경우에도 효과가 있다.

축농증에는 수세미오이 줄기 10~15그램을 물에 달여 하루 한 번 자기 전에 먹는다. 5~6번 먹으면 상악동 안의 염증이 가라앉으면서 막혔던 코가 뚫리고 냄새를 제대로 맡는다.

유즙이 부족할 때는 수세미오이 덩굴을 태워서 가루내어 한번에 4그램씩 하루 한번 3일 동안 먹는다. 수세미오이는 젖이 잘 나오지 않을 때에도 효과가 있고 젖없이 때도 쓴다.

수세미오이를 집안에 잘 가꾸면 여름철 그늘을 제공해주고 쉼 공간도 마련해 준다. 노란꽃과 길게 매달린 수세미 오이의 열매와 덩굴 그늘 아래에서 쉬고 있노라면 어느새 무더운 여름은 지나가고 성큼 가을문턱에 와 있는 계절의 변화무쌍함을 깨닫게 된다. 수세미오이를 집집마다 잘 가꾸어 가정 상비약으로 누구나 요긴하게 사용할 수 있을 것이다.

출처: 동의보감에서 자료를 재 정리해서 올립니다.

산야초건강원에서 권하는 비염에 좋은 약초

1. 홍삼액기스를 복용을 한다.

홍삼액기스는 반드시 5년근이상의 인상 이어야 하고

달여서 액기스를 낸것이여야 합니다.(믿을수 있는 가게서 구입)

2. 유근피로 만든 진액을 천일염에 혼합하여 수시로 코 안쪽에 발라준다.

이때 유근피달인 액기스도 함께 복용한다

3. 창이자를 법제하여 수시로 코안에 발라준다.

4. 홍삼액기스+유근피치료

홍삼액기스+ 창이자치료

홍삼액기스 + 수세미오이액기스+배즙

5.가격이 비싸더라도 친환경과 질이 좋은 약재를 이용하세요.

약초류는 동물(염소와 개등)이나 어류(붕어, 가물치등)를 달이는

중탕기로 하면 높은 열과 고압으로 약성이 많이 죽어 효능이 떨어집니다.

전통방식의 저온과 무압으로 오래동안 달여내는 약초전용구로 달여야 효과가 있습니다

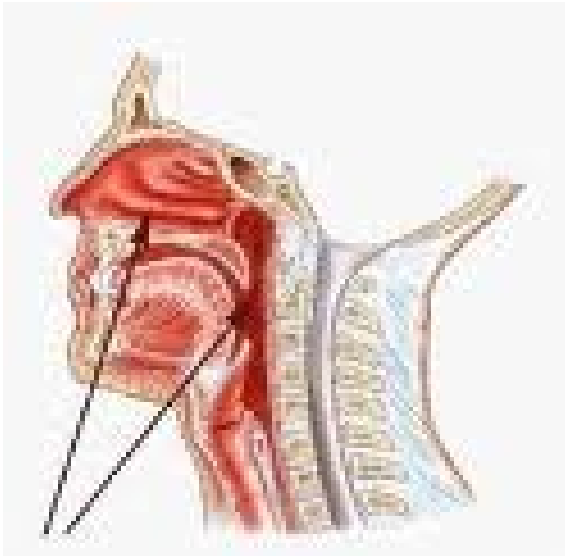
산야초건강원

주문문의 019-529-2322



아래 **손가락** 추천을 클릭해주시면 고맙겠습니다





알러지 비염

비염은 크게 급성비염, 만성비염, 알레지성 비염으로 나눌 수 있다.

급성 비염은 감기에 걸렸을 때 코가 막히고 맑은 콧물이 나오며 재채기가 나는 경우,

만성 비염은 감기에 걸린 것도 아닌데 일상적으로 콧물이 나오고 이것이 계속 되면서 누렇고 끈끈한 콧물이 계속 나오게 된다. 코가 막히고 숨이차며 무력감과 권태감이 생기며 밥맛이 없고 만사가 귀찮게 느껴진다. 비후성 비염의 경우에는 남성들에게 많이 발생을 하는데 이러한 비염은 만성화된 축농증으로 발전될 가능성이 매우 크다. 알레지 비염은 원인이 매우 다양하게 발생을 한다. 가정 환경에 의한 요인이 원인 이 되는 수가 대부분이며 바퀴벌레, 집먼지, 진드기, 애완동물등 알레지 항원을 가진 곤충이 기생하기에 좋은 환경이 만들어진 경우에 대부분 발생을 하고 있다. 평소 먼지등으로 오염된 공기를 잘 통풍시켜 주어야 하고 우리가 먹는 음식중 달걀, 생선, 콩, 굴, 토마토, 딸기, 땅콩, 아몬드, 초콜릿등도 알레지성 비염을 유발하는 원인이 되기도 한다. 알레지성 비염의 초기증상은 대체로 감기와 비슷한 양상을 띠기도 한다. 그러나 감기 특유의, 열, 기침, 가래등이 없으며 주로 코가 막히거나 재채기가 나고 맑은 콧물이 흐르기도 한다. 이러한 증상은 아침, 흐린날, 지하에 있을 때 더욱 심한 경향이 있고 이로 인하여 활동에 지장을 주는 경우가 많다.

*치료방법 :

느릅나무 뿌리껍질을 구하여서 이와 은행, 살구씨(행인이라고도 함), 신이(목련꽃 봉오리)등을 넣고 다려 먹으면 효과가 있다. 특히 느릅나무 뿌리껍질은 위장병에 특효가 있는 것으로 알려져 있는데 고질적인 소화불량 환자는 소화제를 먹지말고(소화제의 상시 복용은 위의 자연 소화 기능을 저하시키게 됨) 이 느릅나무 뿌리껍질을 다려 먹으면 아주 훌륭한 소화제의 역할을 한다.

출처: 동의보감에서 자료를 재 정리해서 올립니다.

산야초건강원에서 권하는 비염에 좋은 약초
1. 홍삼엑기스를 복용을 한다.

- 홍삼엑기스는 반드시 5년근이상의 인상 이어야 하고
달여서 엑기스를 낸것이어야 합니다.(믿을수 있는 가게서 구입)
2. 유근피로 만든 진액을 천일염에 혼합하여 수시로 코 안쪽에 발라준다.
이때 유근피달린 엑기스도 함께 복용한다
 3. 창이자를 법제하여 수시로 코안에 발라준다.
 4. 홍삼엑기스+유근피치료
홍삼엑기스+ 창이자치료
홍삼엑기스 + 수세미오이엑기스+배즙
 - 5.가격이 비싸더라도 친환경과 질이 좋은 약재를 이용하세요.

약초류는 동물(염소와 개등)이나 어류(붕어,가물치등)를 달이는
중탕기로 하면 높은 열과 고압으로 약성이 많이 죽어 효능이 떨어집니다.
전통방식의 저온과 무압으로 오래동안 달여내는 약초전용구로 달여야 효과가 있습니다

산야초건강원
구입문의 019-529-2322



비염이란?

코점막의 염증을 말한다.

병경과에 따라 **급성 코염**과 **만성 코염**으로 나눈다.

- 1) **급성 코염**은 주로 세균이나 바이러스가 직접 코점막에 침습되어 생긴다. 또한 급격한 기후의 변화나 냄새가 센 화학약의 자극 등이 원인으로 되어 오는 수도있다.
- 2) **만성 코염**은 주로 급성 코염이 되풀이 되면서 온다. 증상은 급성 때나 만성 때나를 막론하고 코 안 점막이 벌겋게 붓고 코멘 감이 있으며 콧소리가 나고 콧물이 나온다. 만성 때에는 위의 증상들이 경하면서 냄새를 잘 맡지 못하며 머리가 아프다. 그리고 점차 기억력이 나빠진다. 만성 위축성 코염일 때에는 코 안이 몹시 마르고 냄새를 맡지 못한다.

〈약물치료〉

- 1) 참깨기름: 꿀여서 2-3 방울씩 코 안에 넣는다. 점차 양을 늘려 5-6 방울씩 하루 2번 넣는다. 막힌 코가 잘 뚫리고 콧물이 적어지면서 낫는다. 만성 단순성 코염 때에 효과가 좋다.
- 2) 수세미오이: 줄기를 적당한 크기로 썬 것 10-15g을 물에 달여 한번에 먹거나 약한 불에 볶아서 보드랍게 가루내어 코 안에 넣어 넣는다. 달여 먹는 것이 더 효과가 있다. 1-2번 먹으면 막혔던 코가 뚫리고, 5-6번만 먹으면 만성 단순성 코염은 낫는다. 만성 위축성 코염 때에 고름 같은 콧물이 나고 냄새를 맡지 못하는 경우에도 효과가 있다.
- 3) 도꼬마리열매(창이자): 보드랍게 가루낸 것을 95% 알콜에 12일 동안 담가서 가라앉힌 가루를 말려 꿀로 반죽해서 한 알의 질량이 0.5g 되게 알약을 만들어 한번에 2알씩 하루 3번 2주일 동안 먹는다. 이 약은 코 안의 염증을 가라앉히는 작용이 있어 만성 비후성 코염에 효과가 있다.
- 4) 석창포, 주염나무가시(조각자): 각각 같은 양을 가루내어 4g 정도 천에 싸서 콧구멍 안에 넣고 40분-1시간 정도 반듯하게 누워 있다. 이 약은 막힌 코를 열리게 하는 작용이 있다.
- 5) 모란뿌리껍질(목단피): 한번에 5-6g을 물에 달여 하루에 한번씩 10일 동안 자기 전에 먹는다. 알레르기성으로 자주 오는 코염에

효과가 있다.

6)바꽃(초오), 삽주(창출), 궁궁이(천궁): 바꽃 (법제한 것) 20g, 삽주40g, 궁궁이80g을 보드랍게 가루내어 물로 반죽해서 0.3g 되게 알약을 만들어 한번에 5알씩 끼니 뒤에 찬물로 먹는다. 약 먹는 기간에는 더운 음식을 먹지 않는다. 이 약은 콧물이 많이 나오는 비염 때에 쓴다.

7)현삼: 신선한 것을 짓찧어 즙을 내어 코 안에 바르든가 또는 햇볕에 말려 가루낸 것을 코 안에 뿌려주기도 한다. 이 약은 염증을 가라앉히는 작용이 있으므로 코염, 인후두염, 입안염, 상기도염 등에 널리 쓰인다.

8)무(내복근): 맵지 않은 무를 갈아 즙을 낸 다음 성냥개비 끝에 약솜을 감아 이 즙을 적셔 하루에 2-3번 코 안에 넣는다. 그러면 막혔던 코가 금방 열린다.

비염(코감기)은 먼지 등에서 연쇄상구균, 포도상구균, 인플루엔자균, 기타의 균이 코로부터 흡입되어, 점막에 부착되어 염증을 일으킨다.

코가막혀서 냄새를 분별할 수 없으며 콧물과 재채기가 자주 나온다. 이 콧물은 처음에는 물과 같으나 갈수록 진해져 농모양이 되어 약간의 냄새를 풍기게 된다.

** 비염죽 **

황기나 백출은 소화기 계통과 호흡기 계통을 강화해 치유능력을 길러주는 약재로 감기에 자주 걸리거나 소화기 계통이 약한 사람에게 잘 듣는다.

불린 쌀 20g을 넣고 물을 두 컵 정도 부어 쌀이 퍼질 때까지 끓인후 황기 2스푼, 백출 1스푼, 방풍 1스푼, 길경 1스푼, 감초 1스푼 등의 재료를 넣고 저어 주며 5분 정도 더 끓여 하루 두 번씩 꾸준히 먹는다.

♣ 비염으로 특히 코가 막힐 때 특효가 있다. : 멧대추씨(산조인) . 수세미 · 생강 · 무(나복) · 연근 · 질경이풀씨(차전자)

♨ 발욕방법

비염에는 물 온도를 39℃ 를 유지시켜 25분 동안 담근다.

○ 알레르기 비염

알레르기, 또는 알러지 (allergy)란 생체의 변화된 반응이라는 뜻의 합성어에서 유래된 용어로, 우리 몸의 정상적인 반응이 아닌 여러 가지 면역반응에 의하여 일어나는 바람직하지 않은 반응을 말합니다.

알레르기 비염은 감기와 달리 눈이 붓거나 가렵고 충혈되는 증상이 같이 일어나고 아이들의 경우 콧속의 혈액순환 장애로 눈 밑에 다크서클이 나타나기도 합니다.

또 알레르기 비염을 오래 방치할 경우, 같은 알레르기 질환인 천식을 동반하는 경우가 많습니다.

알레르기 반응을 일으켜 나타나는 증상은 다양합니다. 그 중에서도 알레르기성 비염은 호흡 중에 콧속으로 흡입된 이물질(항원)에 대해 콧속의 점막에서 일어나는 면역학적 반응으로 재채기, 콧물, 코막힘의 증상을 동반합니다. 이러한 증상들은 우리 몸의 폐가 외기의 변화를 직접적으로 받지 않게 하기 위해서 나타나는 우리 몸의 방어 기전이라고 할 수 있습니다.

최근 들어 인간이 만들어낸 공해로 인한 환경오염이 심해지면서 알레르기 비염을 앓는 환자는 점점 증가하는 추세입니다. 전통적으로 한의학적인 질병분류에서 알레르기성 비염은 분체에 해당되는 질환으로 몸에 있는 폐장의 기운, 비장의 후천적인 기, 신장의 양기가 허약하여 나타나는 특이한 현상으로 볼 수 있습니다.

♣ 갈근탕

목에서 등에 걸쳐 걸리고 담이 나오지 않으면서 체력이 있는 사람의 급성 비염으로서 두통, 발열, 콧물, 코막힘 등의 증상이 나타

난지 얼마 지나지 않았을 때 사용한다.

♣ 소청룡탕

체력이 있고 냉증과 전신 권태감이 있는 사람으로서, 물같은 콧물이 많이 나오는 급성 비염에 사용한다.

♣ 마황탕

체력이 있는 사람의 급성 비염으로, 땀이 나오지 않고, 콧물은 적지만 코가 많이 메이며, 두통, 한기, 발열이 있을 때 사용한다.

♣ 소시호탕

체력은 있지만 약간 만성화된 비염으로서, 어깨와 옆구리에 압통이 있고, 입맛이 끈적하거나 씹쓸하며, 혀에 백태가 끼어 있을 때 사용한다.

♣ 형개연교탕

피부가 거무스름하고 복근의 긴장이 심하며 체력이 있는 사람으로서, 노란 고름같은 콧물이 좀처럼 그치지 않는 경우에 사용한다.

♣ 영계출감탕

위내 정수가 있고, 어지러움, 귀울음, 머리가 무거우며 몸이 약한 사람의 만성 비염으로, 콧물이 많고 코가 메이는 사람에게 사용한다.

♣ 십미폐독탕

몸이 튼튼하고 고름같은 콧물이 많이 나오는 사람에게 사용한다. 급성 비염에 사용하면 만성화를 막을 수 있으며, 만성 비염에도 사용한다.

출처: 동의보감에서 자료를 재 정리해서 올립니다.

산야초건강원에서 권하는 비염에 좋은 약초

1. 홍삼엑기스를 복용을 한다.

홍삼엑기스는 반드시 5년근이상의 인상 이어야 하고

달여서 엑기스를 낸것이여야 합니다.(믿을수 있는 가게서 구입)

2. 유근피로 만든 진액을 천일염에 혼합하여 수시로 코 안쪽에 발라준다.

이때 유근피달인 엑기스도 함께 복용한다

3. 창이자를 법제하여 수시로 코안에 발라준다.

4. 홍삼엑기스+유근피치료

홍삼엑기스+ 창이자치료

홍삼엑기스 + 수세미오이엑기스+배즙

5.가격이 비싸더라도 친환경과 질이 좋은 약재를 이용하세요.

약초류는 동물(염소와 개등)이나 어류(붕어,가물치등)를 달이는

중탕기로 하면 높은 열과 고압으로 약성이 많이 죽어 효능이 떨어집니다.

전통방식의 저온과 무압으로 오래동안 달여내는 약초전용구로 달여야 효과가 있습니다

산야초건강원

구입문의 019-529-2322



🇰🇷 반갑습니다. 🇰🇷

◆◆◆ 원장가게 ◆◆◆

산야초건강원

소재지 : 울산광역시 북구 매곡동 542-18번지

가게전화 : 052) 296-2626

◆◆◆ 블로그 소개 ◆◆◆

약초꾼이 운영하는-〉 산야초건강원

인터넷 주소 : <http://blog.daum.net/kim072kr>

◆◆◆ 약초카페 ◆◆◆

토종약초와 산나물 동호회(토산동)

인터넷 주소 : <http://cafe.daum.net/dnftksckatkfdl>

다음블로그 다음카페를 운영하는
원장 참살이(김용철) 입니다.

저는 자연산산나물과 자연산약초를 케는 산꾼으로
봄이면 산나물,
여름이면 효소와 떡음차,
가을이면 버섯을 채취하고,
겨울이면 약용뿌리를 하면서
일년내내 산에서 자연과 함께 많은 시간을 보내고 있습니다.

자연산약초와 산나물,
약용버섯/식용버섯에 대해서 문의 환영합니다.
감사합니다.



원장 참살이(金容哲) 소개

아래 사진은 올해 자연산삼을 해온 기념으로 한장(^_^)



◆ ◆ ◆ 원장의 주요약력 ◆ ◆ ◆

3대째 약초와 산나물 채취 및 활용
현재 울산서 "산야초건강원" 직접운영
약초 블로그 "약초꾼이 운영하는->산야초건강원"
약초카페 "토종약초와 산나물 동호회" 카페지기
약초카페 "우리산나물" 운영자
약초카페 "심마니 산약초"운영자 역임
약초응용연구 "울산약초연구회" 운영중
이외 다수의 약초모임에 활동중

Korea Qualification Development Association



약용식물관리사



자격번호 : MPM-11-29-0144

성명 : 김 용 철

주민번호 : [REDACTED]

분야 : 농 수 산

갱신기간 : 2014.02.13~2014.03.13

상기 자격을 취득하였음을 증명함.

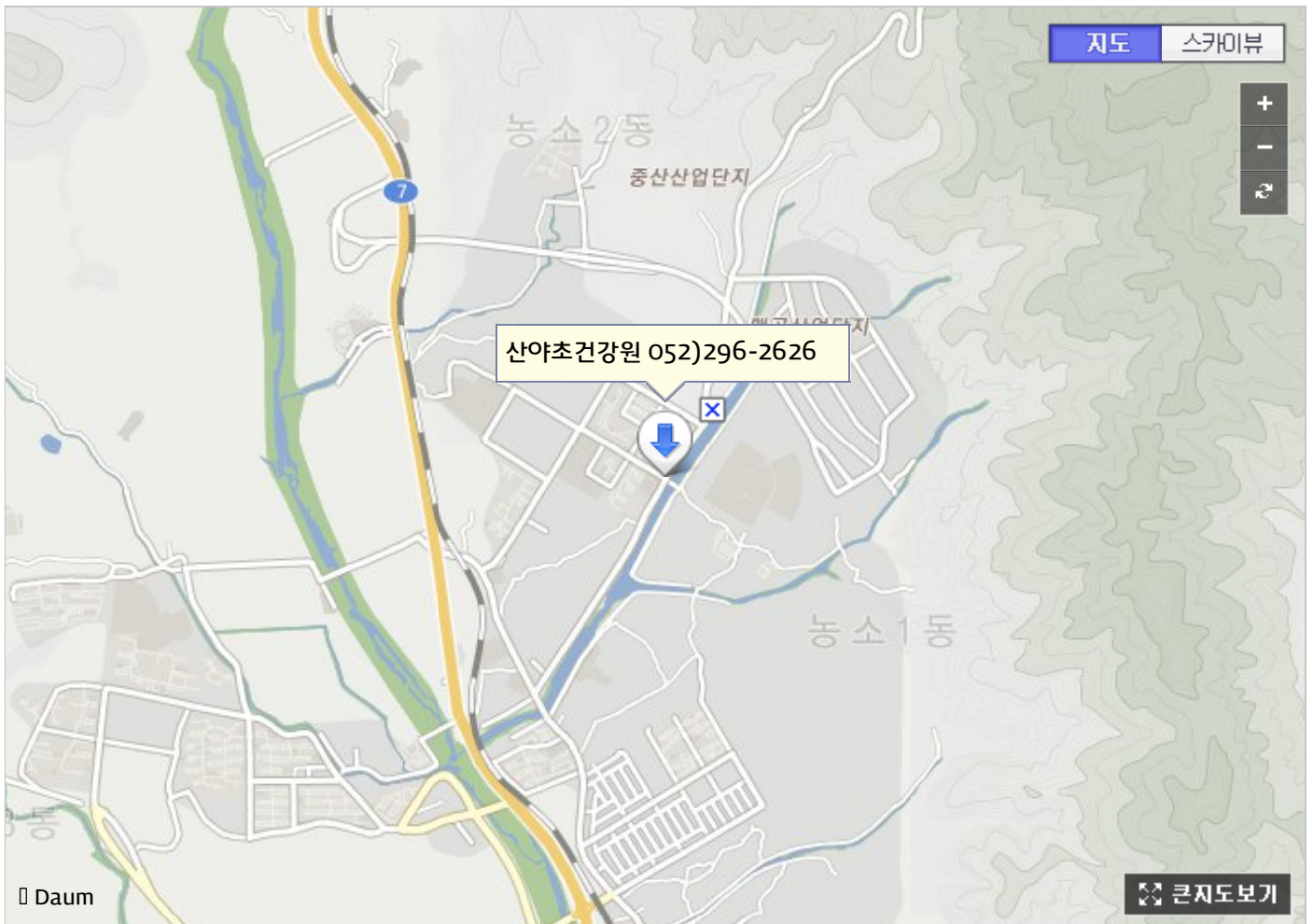
2011년 3월 14일

한국자격개발원장



산야초건강원 소개

산야초건강원 찾아 오시는 길



산야초건강원 사업자 등록증과 각종 신고서류

사업자등록증

(간이과세자)

등록번호 : 620-09-44805

상 호 : 산야초건강원

성 명 : 차복순

주민등록번호

개업 년월일 : 2009 년 09 월 29 일

사업장소재지 : 울산광역시 북구 매곡동 542-2 외1필지B동(1층)

사업의 종류 : ☒업태 제조업 ☒종목 추출엑기스(건강원)

교 부 사 유 : 신규

공동 사업자 :

2009 년 09 월 28 일

동울산 세무서장



산야초건강원

제 626 호



영 업 신 고 증

대 표 자 : 차복순

주민등록번호

영업소명칭 : 산야초건강원

소 재 지 : 울산광역시 북구 매곡동 542 - 2 외 1필지 B동(1층)

영업의종류 : 즉석판매제조·가공업 (영업의형태:즉석판매제조가공업)

식품의종류 : 과.채주스 (개정), 과.채음료 (개정), 안상.홍삼음료 (개정), 추
출음료 (개정), 추출가공식품 (개정)

조 건 : 식품위생법 제44조 및 동법 시행규칙 제57조에 규정된 준수사항
을 이행하고 기타 신고권자의 지시사항을 이행해야함.

식품위생법 제37조제4항, 같은 법 시행령 제25조 및
같은 법 시행규칙 제42조제4항에 따라 영업의 신고를
수리합니다.

2009년 09월 28일

울산광역시 북구청장



산야초건강원

2009-울산북구-0045



처리부서명	경제교보과
담당자명	후혜진
전화번호	052-219-7462

통신판매업신고증

상 호 : 산야초건강원

소 재 지 : 울산 북구 매곡동 542-2 외 1필지 B동(1층)

대표자(성명) : 차 복 순

주민등록번호 [REDACTED]-29****

전자상거래등에서의소비자보호에관한법률 제12조제1항, 동법시행령 제13조제2항 및 동법시행규칙 제8조제2항의 규정에 의하여 통신판매업의 신고를 하였음을 증명합니다.

2009년 10월 5일

울산광역시북구청장



산야초건강원

자원봉사자 할인가맹점 약관

울산광역시와 자원봉사자 할인가맹점간의 공정한 가맹점신청 협약체결에 따른 약관은 다음과 같다.

제1조(용어의 정의)

- ① 자원봉사자 할인가맹점이란 본 약관을 승인하고 울산광역시(이하 자원봉사 수탁기관인 "울산광역시자원봉사센터"인 센터라고 한다)에 자원봉사자 할인가맹점(이하 "가맹점"이라 한다) 가입을 신청하여 센터로부터 가입을 인증 받은 사업체, 사설을 말한다.
- ② 자원봉사자증이라 함은 자원봉사자가 상품의 구매 또는 서비스의 "할인"을 받기 위해 "할인가맹점"에 제시하는 봉사자증을 말한다.

제2조(약관의 적용) 가맹점은 자원봉사자가 센터에서 발행한 자원봉사자증을 제시하고 상품의 구매 또는 서비스의 제공을 요청하는 경우 본 약관에 따라 할인판매를 하여야 합니다.

제3조(준수사항)

- ① 센터는 가맹 업체를 홈페이지 및 소식지에 게재하여 홍보합니다.
- ② 센터는 가맹업체에 대한 홍보를 위하여 지역신문 등에 보도 자료를 제공합니다.
- ③ 센터는 자원봉사자들이 가맹점에 부담한 요구를 하지 않도록 교육을 실시합니다.
- ④ 훼손되어 사용할 수 없는 자원봉사자증은 회수하여 재발급합니다.
- ⑤ 가맹점은 할인 거래를 이유로 물품의 판매 또는 용역의 제공 등을 거절하거나 자원봉사자를 불리하게 대우하지 않습니다.
- ⑥ 가맹점은 신용카드로 대금 지불 시 신용카드 가맹점 수수료를 자원봉사자에게 부담시키지 않습니다.

제4조(상호협조) 센터와 가맹점은 본 약관에 의하여 제공되는 서비스가 공동사업임을 인식하고 믿음과 친절로써 상호 협조하여야 합니다.

제5조(할인판매의 방법) 가맹점은 자원봉사자가 자원봉사자증을 제시하고 할인 판매를 요청하는 경우 자원봉사자증에 부착된 사진 등이 제시자와 일치하는지를 확인하여야 하며 확인이 불가능할 경우에는 할인 판매를 거절할 수 있습니다.

제6조(가맹점의 책임)

- ① "자원봉사자증", 본인확인 소환 등에 의한 할인거래가 가맹점의 고의 또는 과실로 인해 발생한 경우 가맹점의 책임으로 합니다.
- ② 가맹점이 불법적인 방법으로 사업체를 홍보하였을 경우 모든 책임은 가맹점이 져야 합니다.
- ③ 계약이 해지되거나 종료된 이후의 할인판매와 관련하여 광고물 및 표지물을 사용하여 발생한 문제의 경우 가맹점의 책임으로 합니다.

제7조(변경통지) 가맹점은 센터에 신고한 상호, 대표자, 소재지, 연락처, 업종 등에 변경이 있을 경우 또는 영업권의 양도 기타 주요사항의 변경이 발생하였을 경우에는 그 사실을 즉시 서면으로 통지하여야 합니다.

제8조(할인율)

- ① 가맹점은 최저 5%이상 할인하여야 하며 상품 또는 서비스 품목의 전체 또 일부에 한하여 할인율을 설정할 수 있습니다.
- ② 가맹점의 약정할인율, 할인방법, 적용범위, 적용기간은 기명날인된 할인가맹점등록신청서에 따라 적용됩니다.

산아초건강원

제가 자원봉사를 늘 다니고 좋아하는지라
자원봉사자분들에게 약간의 혜택을 드리고자 가입했습니다.
(자원봉사자인증증을 소지시 약간의 할인 실시)

산야초건강원 사이버몰 이용약관

전자상거래(인터넷사이버몰) 표준약관

표준약관 제10023호

제1조(목적) 이 약관은 산야초건강원(전자상거래 사업자)이 운영하는 산야초건강원사이버 몰(이하 “몰”이라 한다)에서 제공하는 인터넷 관련 서비스(이하 “서비스”라 한다)를 이용함에 있어 사이버 몰과 이용자의 권리·의무 및 책임사항을 규정함을 목적으로 합니다.

※ 「PC통신, 무선 등을 이용하는 전자상거래에 대해서도 그 성질에 반하지 않는 한 이 약관을 준용합니다」

제2조(정의)

- ① “몰”이란 산야초건강원이 재화 또는 용역(이하 “재화등”이라 함)을 이용자에게 제공하기 위하여 컴퓨터등 정보통신설비를 이용하여 재화등을 거래할 수 있도록 설정한 가상의 영업장을 말하며, 아울러 사이버몰을 운영하는 사업자의 의미로도 사용합니다.
- ② “이용자”란 “몰”에 접속하여 이 약관에 따라 “몰”이 제공하는 서비스를 받는 회원 및 비회원을 말합니다.
- ③ ‘회원’이라 함은 “몰”에 개인정보를 제공하여 회원등록을 한 자로서, “몰”의 정보를 지속적으로 제공받으며, “몰”이 제공하는 서비스를 계속적으로 이용할 수 있는 자를 말합니다.
- ④ ‘비회원’이라 함은 회원에 가입하지 않고 “몰”이 제공하는 서비스를 이용하는 자를 말합니다.

제3조 (약관등의 명시와 설명 및 개정)

- ① “몰”은 이 약관의 내용과 상호 및 대표자 성명, 영업소 소재지 주소(소비자의 불만을 처리할 수 있는 곳의 주소를 포함), 전화번호·모사전송번호·전자우편주소, 사업자등록번호, 통신판매업신고번호, 개인정보관리책임자등을 이용자가 쉽게 알 수 있도록 00 사이버몰의 초기 서비스화면(전면)에 게시합니다. 다만, 약관의 내용은 이용자가 연결화면을 통하여 볼 수 있도록 할 수 있습니다.
- ② “몰”은 이용자가 약관에 동의하기에 앞서 약관에 정하여져 있는 내용 중 청약철회·배송책임·환불조건 등과 같은 중요한 내용을 이용자가 이해할 수 있도록 별도의 연결화면 또는 팝업화면 등을 제공하여 이용자의 확인을 구하여야 합니다.
- ③ “몰”은 전자상거래등에서의소비자보호에관한법률, 약관의규제에관한법률, 전자거래기본법, 전자서명법, 정보통신망이용촉진등에관한법률, 방문판매등에관한법률, 소비자보호법 등 관련법을 위

배하지 않는 범위에서 이 약관을 개정할 수 있습니다.

- ④ “물” 이 약관을 개정할 경우에는 적용일자 및 개정사유를 명시하여 현행약관과 함께 물의 초기화면에 그 적용일자 7일 이전부터 적용일자 전일까지 공지합니다.
다만, 이용자에게 불리하게 약관내용을 변경하는 경우에는 최소한 30일 이상의 사전 유예기간을 두고 공지합니다. 이 경우 “물” 은 개정전 내용과 개정후 내용을 명확하게 비교하여 이용자가 알기 쉽도록 표시합니다.
- ⑤ “물” 이 약관을 개정할 경우에는 그 개정약관은 그 적용일자 이후에 체결되는 계약에만 적용되고 그 이전에 이미 체결된 계약에 대해서는 개정전의 약관조항이 그대로 적용됩니다. 다만 이미 계약을 체결한 이용자가 개정약관 조항의 적용을 받기를 원하는 뜻을 제3항에 의한 개정약관의 공지기간내에 ‘물 “에 송신하여 ” 물 “의 동의를 받은 경우에는 개정약관 조항이 적용됩니다.
- ⑥ 이 약관에서 정하지 아니한 사항과 이 약관의 해석에 관하여는 전자상거래등에서의소비자보호에관한법률, 약관의규제등에관한법률, 공정거래위원회가 정하는 전자상거래등에서의소비자보호지침 및 관계법령 또는 상관례에 따릅니다.

제4조(서비스의 제공 및 변경)

- ① “물” 은 다음과 같은 업무를 수행합니다.
 - 1. 재화 또는 용역에 대한 정보 제공 및 구매계약의 체결
 - 2. 구매계약이 체결된 재화 또는 용역의 배송
 - 3. 기타 “물” 이 정하는 업무
- ② “물” 은 재화 또는 용역의 품질 또는 기술적 사양의 변경 등의 경우에는 장차 체결되는 계약에 의해 제공할 재화 또는 용역의 내용을 변경할 수 있습니다. 이 경우에는 변경된 재화 또는 용역의 내용 및 제공일자를 명시하여 현재의 재화 또는 용역의 내용을 게시한 곳에 즉시 공지합니다.
- ③ “물” 이 제공하기로 이용자와 계약을 체결한 서비스의 내용을 재화등의 품질 또는 기술적 사양의 변경 등의 사유로 변경할 경우에는 그 사유를 이용자에게 통지 가능한 주소로 즉시 통지합니다.
- ④ 전항의 경우 “물” 은 이로 인하여 이용자가 입은 손해를 배상합니다. 다만, “물” 이 고의 또는 과실이 없음을 입증하는 경우에는 그러하지 아니합니다.

제5조(서비스의 중단)

- ① “물” 은 컴퓨터 등 정보통신설비의 보수점검?교체 및 고장, 통신의 두절 등의 사유가 발생한 경우에는 서비스의 제공을 일시적으로 중단할 수 있습니다.
- ② “물” 은 제1항의 사유로 서비스의 제공이 일시적으로 중단됨으로 인하여 이용자 또는 제3자가 입은 손해에 대하여 배상합니다. 단, “물” 이 고의 또는 과실이 없음을 입증하는 경우에는 그러하지 아니합니다.

- ③ 사업종목의 전환, 사업의 포기, 업체간의 통합 등의 이유로 서비스를 제공할 수 없게 되는 경우에는 “몰”은 제8조에 정한 방법으로 이용자에게 통지하고 당초 “몰”에서 제시한 조건에 따라 소비자에게 보상합니다. 다만, “몰”이 보상기준 등을 고지하지 아니한 경우에는 이용자들의 마일리지 또는 적립금 등을 “몰”에서 통용되는 통화가치에 상응하는 현물 또는 현금으로 이용자에게 지급합니다.

제6조(회원가입)

- ① 이용자는 “몰”이 정한 가입 양식에 따라 회원정보를 기입한 후 이 약관에 동의한다는 의사표시를 함으로서 회원가입을 신청합니다.
- ② “몰”은 제1항과 같이 회원으로 가입할 것을 신청한 이용자 중 다음 각호에 해당하지 않는 한 회원으로 등록합니다.
1. 가입신청자가 이 약관 제7조제3항에 의하여 이전에 회원자격을 상실한 적이 있는 경우, 다만 제7조제3항에 의한 회원자격 상실후 3년이 경과한 자로서 “몰”의 회원재가입 승낙을 얻은 경우에는 예외로 한다.
 2. 등록 내용에 허위, 기재누락, 오기가 있는 경우
 3. 기타 회원으로 등록하는 것이 “몰”의 기술상 현저히 지장이 있다고 판단되는 경우
- ③ 회원가입계약의 성립시기는 “몰”의 승낙이 회원에게 도달한 시점으로 합니다.
- ④ 회원은 제15조제1항에 의한 등록사항에 변경이 있는 경우, 즉시 전자우편 기타 방법으로 “몰”에 대하여 그 변경사항을 알려야 합니다.

제7조(회원 탈퇴 및 자격 상실 등)

- ① 회원은 “몰”에 언제든지 탈퇴를 요청할 수 있으며 “몰”은 즉시 회원탈퇴를 처리합니다.
- ② 회원이 다음 각호의 사유에 해당하는 경우, “몰”은 회원자격을 제한 및 정지시킬 수 있습니다.
1. 가입 신청시에 허위 내용을 등록한 경우
 2. “몰”을 이용하여 구입한 재화등의 대금, 기타 “몰”이용에 관련하여 회원이 부담하는 채무를 기일에 지급하지 않는 경우
 3. 다른 사람의 “몰”이용을 방해하거나 그 정보를 도용하는 등 전자상거래 질서를 위협하는 경우
 4. “몰”을 이용하여 법령 또는 이 약관이 금지하거나 공서양속에 반하는 행위를 하는 경우
- ③ “몰”이 회원 자격을 제한·정지 시킨후, 동일한 행위가 2회이상 반복되거나 30일 이내에 그 사유가 시정되지 아니하는 경우 “몰”은 회원자격을 상실시킬 수 있습니다.
- ④ “몰”이 회원자격을 상실시키는 경우에는 회원등록을 말소합니다. 이 경우 회원에게 이를 통지하고, 회원등록 말소전에 최소한 30일 이상의 기간을 정하여 소명할 기회를 부여합니다.

제8조(회원제에 대한 통지)

- ① “몰” 이 회원에 대한 통지를 하는 경우, 회원이 “몰” 과 미리 약정하여 지정한 전자우편 주소로 할 수 있습니다.
- ② “몰” 은 불특정다수 회원에 대한 통지의 경우 1주일이상 “몰” 게시판에 게시함으로서 개별 통지에 갈음할 수 있습니다. 다만, 회원 본인의 거래와 관련하여 중대한 영향을 미치는 사항에 대하여는 개별통지를 합니다.

제9조(구매신청) “몰” 이용자는 “몰” 상에서 다음 또는 이와 유사한 방법에 의하여 구매를 신청하며, “몰” 은 이용자가 구매신청을 함에 있어서 다음의 각 내용을 알기 쉽게 제공하여야 합니다. 단, 회원인 경우 제2호 내지 제4호의 적용을 제외할 수 있습니다.

1. 재화등의 검색 및 선택
2. 성명, 주소, 전화번호, 전자우편주소(또는 이동전화번호) 등의 입력
3. 약관내용, 청약철회권이 제한되는 서비스, 배송료?설치비 등의 비용부담과 관련한 내용에 대한 확인
4. 이 약관에 동의하고 위 3.호의 사항을 확인하거나 거부하는 표시(예, 마우스 클릭)
5. 재화등의 구매신청 및 이에 관한 확인 또는 “몰” 의 확인에 대한 동의
6. 결제방법의 선택

제10조 (계약의 성립)

- ① “몰” 은 제9조와 같은 구매신청에 대하여 다음 각호에 해당하면 승낙하지 않을 수 있습니다. 다만, 미성년자와 계약을 체결하는 경우에는 법정대리인의 동의를 얻지 못하면 미성년자 본인 또는 법정대리인이 계약을 취소할 수 있다는 내용을 고지하여야 합니다.
 1. 신청 내용에 허위, 기재누락, 오기가 있는 경우
 2. 미성년자가 담배, 주류등 청소년보호법에서 금지하는 재화 및 용역을 구매하는 경우
 3. 기타 구매신청에 승낙하는 것이 “몰” 기술상 현저히 지장이 있다고 판단하는 경우
- ② “몰” 의 승낙이 제12조제1항의 수신확인통지형태로 이용자에게 도달한 시점에 계약이 성립한 것으로 봅니다.
- ③ “몰” 의 승낙의 의사표시에는 이용자의 구매 신청에 대한 확인 및 판매가능 여부, 구매신청의 정정 취소등에 관한 정보등을 포함하여야 합니다.

제11조(지급방법) “몰” 에서 구매한 재화 또는 용역에 대한 대금지급방법은 다음 각호의 방법중 가용한 방법으로 할 수 있습니다. 단, “몰” 은 이용자의 지급방법에 대하여 재화 등의 대금에 어떠한 명목의 수수료도 추가하여 징수할 수 없습니다.

1. 폰뱅킹, 인터넷뱅킹, 메일 뱅킹 등의 각종 계좌이체
2. 선불카드, 직불카드, 신용카드 등의 각종 카드 결제

3. 온라인무통장입금
4. 전자화폐에 의한 결제
5. 수령시 대금지급
6. 마일리지 등 “몰” 이 지급한 포인트에 의한 결제
7. “몰” 과 계약을 맺었거나 “몰” 이 인정한 상품권에 의한 결제
8. 기타 전자적 지급 방법에 의한 대금 지급 등

제12조(수신확인통지?구매신청 변경 및 취소)

- ① “몰” 은 이용자의 구매신청이 있는 경우 이용자에게 수신확인통지를 합니다.
- ② 수신확인통지를 받은 이용자는 의사표시의 불일치등이 있는 경우에는 수신확인통지를 받은 후 즉시 구매신청 변경 및 취소를 요청할 수 있고 “몰” 은 배송전에 이용자의 요청이 있는 경우에는 지체없이 그 요청에 따라 처리하여야 합니다. 다만 이미 대금을 지불한 경우에는 제15조의 청약철회 등에 관한 규정에 따릅니다.

제13조(재화등의 공급)

- ① “몰” 은 이용자와 재화등의 공급시기에 관하여 별도의 약정이 없는 이상, 이용자가 청약을 한 날 부터 7일 이내에 재화 등을 배송할 수 있도록 주문제작, 포장 등 기타의 필요한 조치를 취합니다. 다만, “몰” 이 이미 재화 등의 대금의 전부 또는 일부를 받은 경우에는 대금의 전부 또는 일부를 받은 날부터 2영업일 이내에 조치를 취합니다. 이때 “몰” 은 이용자가 재화등의 공급 절차 및 진행 사항을 확인할 수 있도록 적절한 조치를 합니다.
- ② “몰” 은 이용자가 구매한 재화에 대해 배송수단, 수단별 배송비용 부담자, 수단별 배송기간 등을 명시합니다. 만약 “몰” 이 약정 배송기간을 초과한 경우에는 그로 인한 이용자의 손해를 배상하여야 합니다. 다만 “몰” 이 고의?과실이 없음을 입증한 경우에는 그러하지 아니합니다.

제14조(환급) “몰” 은 이용자가 구매신청한 재화등이 품질 등의 사유로 인도 또는 제공을 할 수 없을 때에는 지체없이 그 사유를 이용자에게 통지하고 사전에 재화 등의 대금을 받은 경우에는 대금을 받은 날부터 2영업일 이내에 환급하거나 환급에 필요한 조치를 취합니다.

제15조(청약철회 등)

- ① “몰” 과 재화등의 구매에 관한 계약을 체결한 이용자는 수신확인의 통지를 받은 날부터 7일 이내에는 청약의 철회를 할 수 있습니다.
 - ② 이용자는 재화등을 배송받은 경우 다음 각호의 1에 해당하는 경우에는 반품 및 교환을 할 수 없습니다.
1. 이용자에게 책임 있는 사유로 재화 등이 멸실 또는 훼손된 경우(다만, 재화 등의 내용을 확인하기 위하여 포장 등을 훼손한 경우에는 청약철회를 할 수 있습니다)

2. 이용자의 사용 또는 일부 소비에 의하여 재화 등의 가치가 현저히 감소한 경우
 3. 시간의 경과에 의하여 재판매가 곤란할 정도로 재화등의 가치가 현저히 감소한 경우
 4. 같은 성능을 지닌 재화등으로 복제가 가능한 경우 그 원본인 재화 등의 포장을 훼손한 경우
- ③ 제2항제2호 내지 제4호의 경우에 “물”이 사전에 청약철회 등이 제한되는 사실을 소비자가 쉽게 알 수 있는 곳에 명기하거나 시용상품을 제공하는 등의 조치를 하지 않았다면 이용자의 청약철회 등이 제한되지 않습니다.
- ④ 이용자는 제1항 및 제2항의 규정에 불구하고 재화등의 내용이 표시·광고 내용과 다르거나 계약내용과 다르게 이행된 때에는 당해 재화등을 공급받은 날부터 3월이내, 그 사실을 안 날 또는 알 수 있었던 날부터 30일 이내에 청약철회 등을 할 수 있습니다.

제16조(청약철회 등의 효과)

- ① “물”은 이용자로부터 재화 등을 반환받은 경우 3영업일 이내에 이미 지급받은 재화등의 대금을 환급합니다. 이 경우 “물”이 이용자에게 재화등의 환급을 지연한 때에는 그 지연기간에 대하여 공정거래위원회가 정하여 고시하는 지연이자율을 곱하여 산정한 지연이자를 지급합니다.
- ② “물”은 위 대금을 환급함에 있어서 이용자가 신용카드 또는 전자화폐 등의 결제수단으로 재화등의 대금을 지급한 때에는 지체없이 당해 결제수단을 제공한 사업자로 하여금 재화등의 대금의 청구를 정지 또는 취소하도록 요청합니다.
- ③ 청약철회등의 경우 공급받은 재화등의 반환에 필요한 비용은 이용자가 부담합니다. “물”은 이용자에게 청약철회등을 이유로 위약금 또는 손해배상을 청구하지 않습니다. 다만 재화등의 내용이 표시·광고 내용과 다르거나 계약내용과 다르게 이행되어 청약철회등을 하는 경우 재화등의 반환에 필요한 비용은 “물”이 부담합니다.
- ④ 이용자가 재화등을 제공받을때 발송비를 부담한 경우에 “물”은 청약철회시 그 비용을 누가 부담하는지를 이용자가 알기 쉽도록 명확하게 표시합니다.

제17조(개인정보보호)

- ① “물”은 이용자의 정보수집시 구매계약 이행에 필요한 최소한의 정보를 수집합니다. 다음 사항을 필수사항으로 하며 그 외 사항은 선택사항으로 합니다.
 1. 성명
 2. 주민등록번호(회원의 경우) 또는 외국인등록번호
 3. 주소
 4. 전화번호
 5. 희망ID(회원의 경우)
 6. 비밀번호(회원의 경우)

7. 전자우편주소(또는 이동전화번호)

- ② “몰” 이 이용자의 개인식별이 가능한 개인정보를 수집하는 때에는 반드시 당해 이용자의 동의를 받습니다.
- ③ 제공된 개인정보는 당해 이용자의 동의없이 목적외의 이용이나 제3자에게 제공할 수 없으며, 이에 대한 모든 책임은 몰이 집니다. 다만, 다음의 경우에는 예외로 합니다.
 - 1. 배송업무상 배송업체에게 배송에 필요한 최소한의 이용자의 정보(성명, 주소, 전화번호)를 알려주는 경우
 - 2. 통계작성, 학술연구 또는 시장조사를 위하여 필요한 경우로서 특정 개인을 식별할 수 없는 형태로 제공하는 경우
 - 3. 재화등의 거래에 따른 대금정산을 위하여 필요한 경우
 - 4. 도용방지를 위하여 본인확인에 필요한 경우
 - 5. 법률의 규정 또는 법률에 의하여 필요한 불가피한 사유가 있는 경우
- ④ “몰” 이 제2항과 제3항에 의해 이용자의 동의를 받아야 하는 경우에는 개인정보관리 책임자의 신원(소속, 성명 및 전화번호, 기타 연락처), 정보의 수집목적 및 이용목적, 제3자에 대한 정보제공 관련사항(제공받은자, 제공목적 및 제공할 정보의 내용) 등 정보통신망이용촉진등에관한법률 제22조제2항이 규정한 사항을 미리 명시하거나 고지해야 하며 이용자는 언제든지 이 동의를 철회할 수 있습니다.
- ⑤ 이용자는 언제든지 “몰” 이 가지고 있는 자신의 개인정보에 대해 열람 및 오류정정을 요구할 수 있으며 “몰” 은 이에 대해 지체없이 필요한 조치를 취할 의무를 집니다. 이용자가 오류의 정정을 요구한 경우에는 “몰” 은 그 오류를 정정할 때까지 당해 개인정보를 이용하지 않습니다.
- ⑥ “몰” 은 개인정보 보호를 위하여 관리자를 한정하여 그 수를 최소화하며 신용카드, 은행계좌 등을 포함한 이용자의 개인정보의 분실, 도난, 유출, 변조 등으로 인한 이용자의 손해에 대하여 모든 책임을 집니다.
- ⑦ “몰” 또는 그로부터 개인정보를 제공받은 제3자는 개인정보의 수집목적 또는 제공받은 목적을 달성한 때에는 당해 개인정보를 지체없이 파기합니다.

제18조(“몰” 의 의무)

- ① “몰” 은 법령과 이 약관이 금지하거나 공서양속에 반하는 행위를 하지 않으며 이 약관이 정하는 바에 따라 지속적이고, 안정적으로 재화·용역을 제공하는데 최선을 다하여야 합니다.
- ② “몰” 은 이용자가 안전하게 인터넷 서비스를 이용할 수 있도록 이용자의 개인정보(신용정보 포함) 보호를 위한 보안 시스템을 갖추어야 합니다.

③ “몰” 이 상품이나 용역에 대하여 「표시?광고의공정화에관한법률」 제3조 소정의 부당한 표시?광고행위를 함으로써 이용자가 손해를 입은 때에는 이를 배상할 책임을 집니다.

④ “몰” 은 이용자가 원하지 않는 영리목적의 광고성 전자우편을 발송하지 않습니다.

제19조(회원의 ID 및 비밀번호에 대한 의무)

① 제17조의 경우를 제외한 ID와 비밀번호에 관한 관리책임은 회원에게 있습니다.

② 회원은 자신의 ID 및 비밀번호를 제3자에게 이용하게 해서는 안됩니다.

③ 회원이 자신의 ID 및 비밀번호를 도난당하거나 제3자가 사용하고 있음을 인지한 경우에는 바로 “몰” 에 통보하고 “몰” 의 안내가 있는 경우에는 그에 따라야 합니다.

제20조(이용자의 의무) 이용자는 다음 행위를 하여서는 안됩니다.

1. 신청 또는 변경시 허위 내용의 등록

2. 타인의 정보 도용

3. “몰” 에 게시된 정보의 변경

4. “몰” 이 정한 정보 이외의 정보(컴퓨터 프로그램 등) 등의 송신 또는 게시

5. “몰” 기타 제3자의 저작권 등 지적재산권에 대한 침해

6. “몰” 기타 제3자의 명예를 손상시키거나 업무를 방해하는 행위

7. 외설 또는 폭력적인 메시지, 화상, 음성, 기타 공서양속에 반하는 정보를 몰에 공개 또는 게시하는 행위

제21조(연결 “몰” 과 피연결 “몰” 간의 관계)

① 상위 “몰” 과 하위 “몰” 이 하이퍼 링크(예: 하이퍼 링크의 대상에는 문자, 그림 및 동화상 등이 포함됨)방식 등으로 연결된 경우, 전자를 연결 “몰” (웹 사이트)이라고 하고 후자를 피연결 “몰” (웹사이트)이라고 합니다.

② 연결 “몰” 은 피연결 “몰” 이 독자적으로 제공하는 재화등에 의하여 이용자와 행하는 거래에 대해서 보증책임을 지지 않는다는 뜻을 연결 “몰” 의 초기화면 또는 연결되는 시점의 팝업화면으로 명시한 경우에는 그 거래에 대한 보증책임을 지지 않습니다.

제22조(저작권의 귀속 및 이용제한)

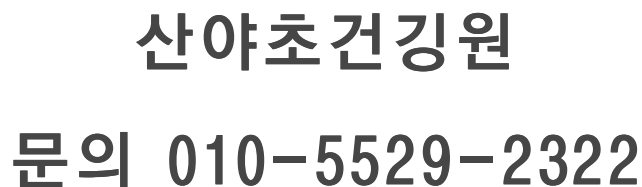
① “몰” 이 작성한 저작물에 대한 저작권 기타 지적재산권은 ” 몰 “에 귀속합니다.

② 이용자는 “몰” 을 이용함으로써 얻은 정보 중 “몰” 에게 지적재산권이 귀속된 정보를 “몰” 의 사전 승낙없이 복제, 송신, 출판, 배포, 방송 기타 방법에 의하여 영리목적으로 이용하거나 제3자에게 이용하게 하여서는 안됩니다.

③ “몰” 은 약정에 따라 이용자에게 귀속된 저작권을 사용하는 경우 당해 이용자에게 통보하여야 합니다.

- ① “몰”은 이용자가 제기하는 정당한 의견이나 불만을 반영하고 그 피해를 보상처리하기 위하여 피해보상처리기구를 설치·운영합니다.
- ② “몰”은 이용자로부터 제출되는 불만사항 및 의견은 우선적으로 그 사항을 처리합니다. 다만, 신속한 처리가 곤란한 경우에는 이용자에게 그 사유와 처리일정을 즉시 통보해 드립니다.
- ③ “몰”과 이용자간에 발생한 전자상거래 분쟁과 관련하여 이용자의 피해구제신청이 있는 경우에는 공정거래위원회 또는 시·도지사가 의뢰하는 분쟁조정기관의 조정에 따를 수 있습니다.

- ① “몰”과 이용자간에 발생한 전자상거래 분쟁에 관한 소송은 제소 당시의 이용자의 주소에 의하고, 주소가 없는 경우에는 거소를 관할하는 지방법원의 전속관할로 합니다. 다만, 제소 당시 이용자의 주소 또는 거소가 분명하지 않거나 외국 거주자의 경우에는 민사소송법상의 관할법원에 제기합니다.
- ② “몰”과 이용자간에 제기된 전자상거래 소송에는 한국법을 적용합니다.



비염에 좋은 약초 모음

블로그 약초꾼이 운영하는-산야초건강원 <http://blog.daum.net/kim072kr>

저자 참살이(金容哲)

발행일 2011.12.05 07:29:30

 블로그