



건강상식(韓方)

— 蒼朮(창출) —

자료제공 : 박진성 원장

- 한의학 박사
- 원광대학교 한의학과 외래교수 역임
- 대한한방신경정신과학회 정회원
- 현) 오승한의원 원장 02)534-2133



I. 처음에

소화불량 같은 위장장애와 노폐물이 많거나 붓거나 하는 혈액순환 장애에 좋은 창출을 소개합니다.

창출은 국화과에 속한 다년생 초본인 삽주의 根莖(근경)으로 赤朮(적출), 山精(산정)이라고도 하며, 특이한 방향성이 있는 정유성분이 있어 독특한 향이 있으며, 아트라칼롤, 비타민 A·D 등으로 구성되어 있다고 한다.

성미는 맵고 쓰고 따뜻하며 무독하며, 주로 脾胃(비위) 경락에 작용한다.

II. 효능

효능으로는 燥濕健脾(조습건비), 祛風濕(거풍습)하는 작용이 있다.

1. 燥濕健脾(조습건비)

창출은 성미가 溫燥(온조)해서 소화불량 식욕부진 설사 속이 더부룩한 증상 등의 위장의 濕(습)한 나쁜 기운이 있어 위장의 기능저하를 좋게 하며, 특히 여름에는 맑은 덤고 속은 차서 음식을 잘못 먹는 경우에 창출이 많이 이용되며, 한의학에서는 蒼朮(창출) 陳皮(진피) 厚朴(후박) 甘草(감초)로 구성된 平胃散(평위산)이라는 처방의 주약으로 사용된다.

2. 祛風濕(거풍습)

辛溫(신온)하며, 風濕(풍습)을 날리고 없애는 효능이 있어 몸살이 있는 감기나 어깨 팔 허리 무릎 등의 각종 관절통증과 저리고 뻣뻣한 순환장애 증상에 많이 이용된다.

또한 백대하에도 이용하며, 한의학에서 백내장 녹내장 야맹증에도 사용하기도 하였습니다.

무더운 여름에 오래 앉아서 공부하시는 수험생 여러분들 중에, 소화불량이 자주 생기고 설사가 있으며, 여기저기 관절이 아프기도 하며, 저리고 뻣뻣하여 순환이 잘 안되시는 분들께서는 창출에 생강이나 대추를 조금 넣어서 차로 드시면 여러 가지로 유용한 약재라 생각됩니다.