



건강상식(韓方)

—肉桂(육계)—

자료제공 : 박진성 원장

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



I. 처음에

아랫배를 따뜻하게 하고, 하체를 튼튼하게 하며, 양기를 보강하는 육계나무를 소개합니다.

육계는 녹나무과에 속한 상록교목인 육계나무의 幹皮(간피)를 박리하고 외면의 粗皮(조피)와 코르크층을 다소 제거한 껍질을 말하며, 육계나무는 늘 푸른 큰 키 나무로, 잎맥은 가운데 주맥과 양쪽의 측맥이 도드라져 보여 圭(규)자를 식물명에 사용하였다고 하며, 또한 圭(규)를 들고 있는 관리처럼 모든 약을 총괄하기 때문에 규라는 글자를 썼다는 유래도 있으며, 檜(침)이라고도 했는데 다른 나무를 침범하여 해를 끼친다는 뜻으로, 다른 나무 뿌리에 육계나무로 못질을 하면 바로 죽는다고도 하였다. 官桂(관계), 辣桂(날계), 桂皮(계피), 玉桂(옥계)라고도 불린다.

육계는 특이한 향이 있으며, 맵고 달며 뜨거운 성질이 있으며, 무독하며 腎(신) 脾(비) 膀胱(방광) 경락으로 작용한다.

약리작용으로는 중추억제, 진통, 진정, 해열, 관상동맥 혈류량 증가, 피부 진균 억제작용이 보고 되어 있다.

II. 효능

효능으로는 溫中補陽(온중보양), 散寒止痛(산한지통), 通血脈(통혈맥) 하는 작용이 있다.

1. 溫中補陽(온중보양)

하초의 양기가 부족하거나 화기가 부족할 때 설사를 자주하거나 관절이 차고 약할 때 양기를 크게 보강하며, 근골을 보강하는 약제와 같이 사용하면 관절을 좋게 하기도 하여, 대표적인 보약 중에 십전대보탕이나 팔미지황탕에 들어가는 약제이며,

2. 散寒止痛(산한지통), 通血脈(통혈맥)

아랫배가 차고 약한 여자 중에 월경통이나 복통이 자주 있는 경우 허하고 한한 복부나 생식기의 찬기를 몰아내고 혈맥을 통하게 하여 하복부나 생리통을 풀어 준다.

배가 차고 설사도 자주하고 저혈압인 수험생 분들께 특히 생리통이 있는 여자 분들에게 생강이나 인삼을 곁들인 육계차를 드시면 아주 유용하리라 생각됩니다.