



건강상식(韓方)

— 豨薺(희렴) —

자료제공 : 박진성 원장

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



I. 처음에

고혈압과 탈모, 관절에 도움이 되는 희렴을 소개합니다.

희렴은 국화과에 속한 1년생 초본인 진득찰과 동속 근연식물의 全草(전초)를 말하며, 찢든찢든한 액체가 나오는 털이 있어 다른 물체에 잘 붙는 특징이 있는 식물입니다.

한의학에서는 희침이라도 많이 불리며, 풀에서 돼지 냄새가 난다하여 豨薺(희렴), 豨膏(저고)라고도 부르며, 개나 호랑이에게 물린 상처를 치료할 때 사용한다고 해서 狗膏(구고), 虎膏(호고)라고도 부르며, 어린 싹을 찌거나 익혀서 물에 담구면 쓴맛이 사라지고 여기에 기름과 소금을 쳐서 먹고 하야 黏糊草(점호초), 黏糊菜(점호채)라고도 부른다.

맛은 쓰고 성질은 차며 무독하고, 肝(간) 腎(신) 脾臟(비장) 경락으로 작용한다.

II. 효 능

효능으로는 祛風濕(거풍습) 强筋骨(강근골)하는데,

祛風濕(거풍습)

瘡毒(창독)이나 風濕(풍습), 濕熱(습열)로 인한 가려움증 등의 피부질환

에는 생것을 사용하며,

强筋骨(강근골)

사지마비, 근골이 잘 움직이지 않을 때, 중풍의 반신불수, 구안와사 증상, 언어장애 등에 근골을 보강하면서 중풍을 치료하는 효능이 있으며, 이때 막걸리로 찌고 말리고를 9번 해서 다리거나 환으로 사용하며,

혈압강하 작용이 있어 고혈압에 이용하며, 호랑이 개에 물릴 상처를 치료할 경우는 생것을 환부에 바르기도 한다.

특히 머리가 많이 빠지는 경우 모발성장에 도움이 되는 약재이다.

스트레스로 힘든 수험생 여러분들, 혈압이 불안정하면서 피부가 나쁘며, 머리카락이 많이 빠지는 분들에게, 차처럼 연하게 마시거나 환으로 드시면 좋은 약재로 적극 추천합니다.