

■ 고운(槐雲) 칼럼



전염병과 육불치(六不治)

권 해 조(權海兆, 한국국방외교협회 고문: 복야공파 36세)

최근 전염병 코로나19로 전 세계가 공황상태로 공포에 휩싸여 있다. 작년 12월 1일 중국 우한(武漢)에서 발생한 신종 코로나바이러스 감염증(코로나 19)이 급속도로 확산되어, 1월 30일 세계보건기구(WHO)가 '국제적 공중보건 비상사태(PHEIC)'를 선포하고, 2월 28일에는 '매우 높음' 단계로 격상하였다가, 3월 11일 마지막 최고 6단계인 '세계적인 대유행(팬데믹: Pandemic)' 까지 선언까지 하였다. 우리 정부도 경계단계에서 2월 23일 최고단계인 심각 단계로 격상하고, 3월 15일에는 대구경북 일부지역에 특별재난지역 선포까지 선포하면서 확진예방에 최선을 다하고 있다. 그러나 3월 23일 현재 세계 158개국에서 35만여 명의 감염 확진자가 나왔고, 1만5천여 명이 사망하였다. 우리나라 1월 20일 첫 확진자가 발생하여 한 달 만에 17개 시도뿐만 아니라 군 부대까지 전파되어 현재 9천여 명의 확진자에 118명이 사망하였다. 특히 코로나는 중국 8만1천여 명의 확진자에 3천2백여 명의 사망을 비롯하여 전세계적으로 급속도로 확산되어 유럽에서도 이탈리아 6만여 명의 확진자에 5천5백 명이 사망하였고, 스페인도 3만 3천여 명의 확진자에 2천2백 명이 사망하였다. 미국도 3만5천여 명의 확진자에 5백여 명이 사망하였다. 한편 이번 코로나19로 세계경제와 금융시장 물론은 물론 143여 개국이 한국인 입국금지, 제한(입국금지 80개국, 절차강화 63개국)을 하여 국제적 고립국이 되어가고 있다.

우리 인간은 오랫동안 질병과 싸우면서 살아왔다. 중세 유럽인구의 3분의 1을 소멸시킨 흑사병을 비롯하여, 제 1

차 세계대전 기간인 1918년 스페인 독감으로 세계인구 19억 명 중에 5억 명이 감염되어 5,000만 명이 사망하였고, 1968년 홍콩독감으로 80만 명이 사망하고, 2009년 멕시코 신종플루로 2만 여 명이 사망하였다. 특히 근래 2002년 중국 광동지역에서 발생한 사스로 5,300여명이 감염되어 349명이 사망하고, 2012년 중동에서 발생한 메르스로 1,172명이 감염되어 429명이 사망하였다. 우리나라에서도 186명이 감염되고 38명이 사망한 기록을 갖고 있다.

옛날에도 우리 인간은 병마와 싸운 기록이 많다. 조선의 한의학도 전염병과 싸우면서 발전했다. 동양의학의 의성(醫聖)으로 부르는 명나라 장중경(張仲景)의 상한잡병론(傷寒雜病論)도 전염병으로 죽어간 가족의 비참한 치료 방법을 모은 책이다. 특히 한(漢)나라 사마천(司馬遷)의 사기(史記) 「편작 열전(扁鵲列傳)」에 보면 어떠한 명의(名醫)라도 저히 고칠 수 없는 6가지 불치병이 있다고 하였다. 이는 중국 제(齊)나라 환공(桓公) 때 명의(名醫) 편작(扁鵲)이 육불치(六不治)의 난치병을 말하면서 이 가운데서 한 가지만 더라도 병이 중하게 되고 고치기 힘들게 된다고 강조하고 있다.

첫째는 환자가 교만하고 방자하여 내 병은 내가 안다고 주장하는 '교자불론' 어리, 일불치야(驕恣不論於理, 一不治也)'이다. 자기의 병은 자기가 잘 안다고 하면서 주관적인 판단만 중시하고 정확한 의사의 진료와 총고를 따르지 않는 교만한 사람은 치료가 불가능 하다는 뜻이다. 두 번째는 자신의 몸을 가벼이 여기고 돈과 재물을 더욱 소중하게 여기는 사람은 고칠 수 없다는 '경신

중재, 이불치야(輕身重財, 二不治也)'라고 했다. 세 번째는 음식을 제대로 가리지 못하는 사람은 고칠 수 없다는 '의식불능적 삼불치야(衣食不能適, 三不治也)'라고 했다. 웃은 추위를 견딜 정도이며, 음식은 배고픔을 채울 만하면 적당한 것인데 지나치게 음식을 탐하고 편안한 것만 쓴는 환자는 어떤 명의도 고칠 수 없다고 했다.

넷째는 음양의 평행이 깨져서 오장(五臟)의 기(氣)가 안정되지 않는 사람은 고칠 수 없다는 '음양병장 기부정, 사불치야(陰陽並臟 氣不定, 四不治也)'라고 했다. 음양이 장기를 장악하여 혈맥의 소통이 단절되면 기가 불안정하여 돌이킬 수 없는 상태로 진행된다는 것이다. 다섯째로 몸이 극도로 쇠약하여 도저히 약을 받아들일 수 없는 상태인 '형리불능복악, 오불치야(形羸不能服藥, 五不治也)'이다. 여섯째로 무당의 말만 믿고 의사를 믿지 못하는 환자인 '신무불신의, 육불치야(信巫不信醫, 六不治也)'이다.

이는 오랫동안 우리나라로 예외는 아니었다. 그러나 그동안 과학(의학)의 발전으로 질병의 원인과 치료방법이 끊임없이 개발됨에 따라 질병은 신이 인간에 내리는 천벌(天罰)로 인식하는 종교적 오해도 크게 불식 시켰다. 따라서 코로나 19의 퇴치도 각종 유언비아나 오해와 편견을 버리고 과학적 방법으로 해결해야 한다. 오늘날 우리나라에는 세계적인 의료수준과 체계적인 질병관리시스템을 갖추고 있다. 무엇보다 정부의 시책에 적극 준수하고 절저한 개인의 예방수칙과 함께 이상증세가 있으면 즉시 병원전문의를 찾아가는 것이 상책이다. 의학이 고도로 발달한 오늘날에도 자기 주장만세우지 말고 사마천의 육불치(六不治)도 가슴깊이 새겨볼 일이다. 이번 코로나 19의 출현을 이 세상에 제일먼저 알리고 지난 2월 7일 세상을 떠난 중국의 34세의 젊은 안과 의사 리원량(李文亮)을 비롯하여 수많은 의료진들의 희생정신을 기리고, 이번 전염병으로 세상을 떠난 사망자들의 명복을 빈다.

생활속의 한방건강

건강 품은 피부 (1)



권 희 원 (시중공파 37세)

한의학박사 / 주) 건강중심 바른자세진흥원 원장

1. 거울이 말해주는 나

거울을 점점 안보게 된다는 나이 50을 넘어섰을 때의 집사람의 말은 무심코 허려 넘겼다. 요즘 내가 거울을 점점 보지 않게 된다는 그대로 모습을 보여주는 거울이 솔직하여 대면하기가 불편하기 때문이다. 거울에 비친 내 모습이 할아버지, 아버지의 나이 드신 모습을 담고 있으니 정다워 할 텐데 말이다. 거울은 나에게 벗겨져 가는 하얀 머리털에, 차츰 넓어져 가는 이마, 점점 패여 가는 주름, 그리고 노색 피부를 그대로 말해 주고 있다. 나도 어느새 60줄에 들어섰다. 그럼에도 간간이 불리는 '할아버지'라는 말이 아직은 낯설다. 그 말에 다시 거울을 보게 된다. 그나마 얼굴에 기미와 주근깨가 조금만 보이는 것이 다행이라고나 할까?

2. 역사 품은 나의 피부

또 다시 거울을 보니 나의 피부는 나의 역사를 말해주고 있다. 어릴 때 교통사고

를 당해 퀘맸던 턱의 흉터와 흉터, 짙은 시절 피어났던 여드름의 아스라한 자국, 애와 활동으로 그을진 피부 톤 등.

피부 속으로 흐르는 세월도 보인다. 사랑하고 결혼하고 아들을 이 세상에서 처음 만났을 때의 헤열, 내가 열심히 일하고 느꼈던 성취감과 행복감으로 윤기 흘렀을 피부도 보인다.

반면에 사랑하는 부모님과 사람들을 보내는 슬픔과 외로움, 노력의 대가를 제대로 얻지 못해 가졌던 패배감과 좌절감은 물론 내가 잘못하고 더 화를 냈거나 또는 나를 합리화하기에 급급했던 치졸한 감정들로 칙칙했을 피부의 자취가 깊은 주름으로 여울진다.

3. 피부의 구조와 기능

돌이켜 보니 감정의 따스함 보다는 더 많이 드러냈음직한 무관심 및 냉담한 심적 온도 등을 오랜 세월 담고 있으면서도 아직은 피부가 따스하다. 고마움이 앞선다. 두 손바닥을 뺨에 대어보니 얼굴의 운기가 좀 더 따사롭다. 피부에 더 관심을 가져줘야지.

우리 몸의 외부는 전부 피부로 덮여 있는데, 얼굴, 몸통, 손발의 피부는 물론 머리털, 눈썹, 코털 및 손발톱 등도 포함된다. 160cm의 성인의 피부를 죽 펴게 되면 약 1/2평 정도가 된다. 그 평균 두께는 1.5mm 정도로 가장 얇은 곳이 눈꺼풀·입

술이며, 가장 두꺼운 곳이 손·발바닥이다.

이러한 피부는 우리 몸의 최전방에서 다양한 기능을 수행하기 위한 3겹으로 구성되어 있다. 피부의 겹질이라 하는 표피, 탄력성과 주름을 주는 알갱이의 진피, 그리고 진피 아래에 지방세포로 형성되는 피하지방이다.

이러한 피부가 신체를 보호하고, 감각 기능과 호흡기능도 있고, 외부열의 차단 및 내부열의 발산억제로 체온을 조절하며, 수분과 에너지를 저장하고, 피지분비 및 노폐물, 땀 등을 배출하는 대사의 기능도 한다. 피하지방의 지방 두께에 따라 비만의 정도가 결정된다.

4. 표피의 활약

표피는 그 얕음 속에 5개(각질층, 투명층, 과립층, 유극층, 기저층)의 층으로 이루어져 있다. 각각의 층은 외부의 세균 진균, 바이러스 등의 침략이나 유해물질로 부터 우리의 건강을 지키고, 우리의 근육을 보호하고, 우리 피부가 건조하지 않게 수분조절을 위한 천연보습인자를 가지고 있고, 또한 몸 밖의 수분이 함부로 몸 안으로 침범하지 못하게 방어막 역할을 한다.

표피의 맨 아래인 기저층에 생성된 세포는 맨 위의 각질층으로 전이될 때 까지 맹활약을 하다가, 때가 되어 무시 받고 노폐물 등과 함께 배려질 때 까지 약 4주(28일)간을 열심히 살다 사라진다.

5. 피부색과 자외선

봄볕이 따사롭다. '봄볕엔 며느리 내보내고, 가을볕엔 딸을 내보내라'라는 속담이 '며느리보다 큰 딸 사랑'을 표현하는 시 어머니의 마음이라는 글이 지배적이다.

봄볕이 가을볕보다 일조량이 커서 그을음이 더 생길 수 있다. 그러나 이제 햇볕이 작용하는 기능적 시각으로 바라보면, 며느리에게는 기능적 건강을 도모하고, 시집 안간 딸에게는 미묘한 건강을 배려하는 조상의 지혜가 아닐까 한다.

표피의 기저층에 피부색을 형성하는 색소형성세포인 멜라닌세포(Melanocyte)가 존재하여 피부색 결정에 영향을 미친다. 멜라닌 세포의 수는 인종과 피부색에 관계없이 일정하나, 이 멜라닌 세포에 들어 있는 색소과립의 크기와 양, 분비능력에 따라 피부색이 결정된다.

이 멜라닌 색소는 사람이 햇볕에 있는 자외선을 받으면 활동이 활성화되어 자외선을 흡수하여 산란시켜 피부손상을 방지한다. 햇볕에 있는 자외선 중에는 오래 노출되며 피부손상과 피부암을 유발시키는 파장도 있지만, 비타민D는 햇빛에 의해 체내에서 만들어져 뼈의 발육을 촉진하며, 골다공증, 피부염, 구순염, 백내장 등을 예방하는 효과도 크다.

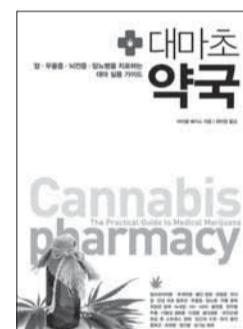
ден 부장 222 권영섭



이달의 책

대마초 약국

マイ클 배비스 저/권아영 역



용, 의료 대마의 역효과 등이고 대마 사용법에 이어서 대마의 공능에 대해 알기 쉽게 설명하고 있다. 그 적응증은 여드름/청소년기/알조하이머병/루게릭병/불안 장애/관절염/천식/주의력 결핍 과잉행동 장애/조울증/암/스트레스/여성 건강 등 다양하기 그지없다.

이 책으로 2019년 11월 정준숙, 윤소하, 임이자 의원 주최 '대마성분의 약품의 사용 확대와 국내 대마 산업 활성화를 위한 정책토론회'로 이어져 이제 권문의 본향 안동에 '대마경제특구' 문제까지 거론되고 있다. (권오철 기자)

이달의 시

봄을 기다리며

/ 권용익

따뜻한 습결 그립던 날
꿈만 같은 햇빛 안에
초라한 당신이 왔는가 싶어
순결한 살갗뿐인 봄
얼음의 가슴 녹이고 기다린다

남은 잎사귀
미풍조차 이기지 못해
힘없이 놓아버리던 날

생명의 끈 놓치지 않으려
너는 걸어오듯 속삭인다
입마저 굳네 달아
목이 잠겨 한 마디 못하다가
정녕 생명의 힘이 될
실개천 벼들개지 가지 끝
하염없이 퍼부어대는 입맞춤으로
다시 나타난 따듯한 입김 기다린다

서울산악회 정기산행 안내 (제304차)

◆ 일 시 : 2020년 4월 19일(일) 오전 10시(시간연수)

◆ 산 행 지 : 불곡산

◆ 집결장소 : 지하철1호선 양주역 대합실

◆ 준 비 물 : 도시락 지참, 따뜻한 물, 간식 및 수저, 물컵, 개인 필요장비 등

회장 권종훈 : 010-4037-6656

사무국장 권순희 : 010-3797-1874

등반대장(권오준) : 010-3718-4204

2020년 4월 1일

안동권씨서울산악회 회장 권종훈

회원 여러분의 가정에 화목·건강·행운이 함께 충만하시길 기원합니다. 마포종친회를 아래와 같이 개최하오니 많이 참석하셔서 자리를 빛내 주시기 바랍니다.

◆ 일 시 : 2020년 4월 23일(목) 오후 7시

◆ 장 소 : 우기촌(가마솥설렁탕) 02-702-5047, 010-5358-2840

◆ 오시는 길 : 지하철5호선 공덕역 5번 출구, 지하철6호선 공덕역 6번 출구→공덕오거리→르네상스타워(옆)→우기촌

◆ 연락처 : 회장 권승구 02-718-8437, 010-6271-8437, 총무 권경탁 010-3796-4047

2020년 4월 1일

안동권씨 마포종친회 회장 권승구

안동권씨 종보 대금 납부 안내

3만원
납부는

100만 족친의 번영과 화합의 상징입니다.

♣ 2019년 종보 대금 지로용지를 2월호와 함께 2차 발송하였으니 많은 협조 부탁드립니다.

♣ 동명이인 등으로 납부자 명단을 정확하게 파악하고자 하오니 통장 입금 시 입금자란에 입금자명과 거주지역을 반드시 기입하여 주시기 바랍니다.

♣ 예금계좌 : 농협 317-0009-7471-41(안동권씨 대종회)

국민 033237-04-006941(안동권씨 대종회)

♣ 문의전화 : 02-2695~2843-4

안동권씨 대종회