

감기, 그때그때 달라요

원 장 김 용 서

소아청소년전문 전국한의원 학습증진 클리닉

www.youthclinic.co.kr

감기에 안 걸려본 사람은 없을 것이다
만병의 근원인 감기는 빨리 치료해야지
그러지 않으면 다른 병을 유발 시켜 만성
적으로 건강을 해치게 되므로 주의해야한
다.

우리는 감기를 단순하게 생각하는데 그
리 단순한 병이 아니다.

감기를 일으키는 원인이 다양하므로 그
원인에 맞는 치료를 해야 한다.

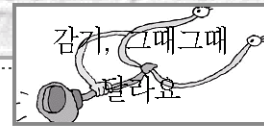
감기를 크게 두 가지로 분류하면, 첫째
외상감기로 외부의 나쁜 기운이 몸 안에
침입해 감기 증상을 발하는 것이고, 둘째는
내상감기로 평소 몸이 허약해 저항력이 약
해진 경우 감기에 걸리는 것을 말한다.

외감 감기의 분류는 풍한형(風寒型), 풍
열형(風熱型), 협습형(挾濕型), 협서형(挾暑

型), 시행형(時行型) 감기 등으로 나누게
된다. 풍한형과 풍열형은 보통 일반적인 감
기에서 많이 볼 수 있고 협습형과 협서형
은 장마철이나 여름철에 많이 볼 수 있으
며 시행형 감기는 influenza virus감염에
의한 것으로 유행성 감기에서 많이 볼 수
있다.

일반적인 외감 감기의 원인은 급격한 외
부 기후의 변화(六淫: 風, 寒, 暑, 濕, 燥, 火)의 부적응에 의한 것이 많다. 외감 감기
는 외부 기후의 변화(六淫: 風, 寒, 暑, 濕, 燥, 火)에 의한 외부의 나쁜 기운이 우리의
피부와 호흡기를 통해서 침범하여 몸 안의
정기(正氣)와 항쟁하면서 감기증상을 발하
는 것이다.

풍한형 감기는 일반적으로 추위나 환절
기의 기온변화 때에 주로 나타나는 단순한



감기형으로 일반적인 감기형이다.

증상은 오한, 발열, 재채기, 목안이 가렵고 땀이 나지 않으며 두통, 전신 몸살과 하얀 콧물을 흘리며 맥은 부끈(浮緊; 떠 있으면서 탕탕함)한 맥상을 나타낸다.

풍열형 감기는 대부분 봄이나 춥지 않은 따뜻한 때에 나타나는 감기형이다.

증상은 열이 조금 심하고 추위는 조금 느끼고 땀이 나며 목안이 가려우며 기침과 누런 콧물을 흘리며 입안이 마르며 노란색의 소변을 보며 맥상은 부삭(浮數; 떠 있으면서 빠름)하다.

협습형 감기는 대부분 장마철이나 지하실 같은 습기 찬 곳에서 일하는 사람, 만성 위장질환 환자 등에 나타나는 감기형이다.

증상은 열이 있고 손바닥에 땀이 많고 두통, 관절통이 있으며 배와 가슴이 답답하고 가래가 많으며 변이 묽고 혀에 백태가 끼는 증상이 나타난다

협서형 감기는 대부분 여름에 너무 시원하게 해서 나타나는 에어컨 병으로 위장중세가 많이 나타나는 감기형이다.

증상은 열은 있으나 땀이 나지 않고 가슴이 두근거리고 갈증이 나며 미식거리고 토할 것 같으며 설사를 하고 소변색이 노랗고 혀에는 황태가 끼는 증상이 나타난다.

시행형 감기는 대개 influenza virus의 감염으로 발병하는데 일반적으로 겨울철에 발병하는 유행성 독감을 의미한다.

증상은 고열, 심한 오한, 두통, 심한 전신통, 뼈까지 쑤시는 동통, 눈이 충혈 되고 통증을 느끼며 콧물을 흘리며 심한 경우는 정신마저 혼미하여지는 경우도 생기며

맥은 浮數하고 有力한 맥상을 나타낸다.

내상감기의 분류는 허증형(虛症型), 협식형(挾食型), 협경형(挾驚型) 감기 등으로 나누게 된다.

내상감기 그 원인으로는 허약한 체질, 식사 부절제로 인한 소화기 허약, 신경허약 등 평소 몸이 허약해 저항력이 약해진 경우 감기에 걸리는 것을 말한다

허증형 감기는 연세가 많은 고령자 체질 허약 혹은 큰 병후 원기가 회복되지 않은 상태에서는 대부분 저항력이 약하여 외부의 영향을 받기 쉽다. 이 때 외부의 영향을 이기지 못해서 발생하는 감기로 원인별로 기허(氣虛), 혈허(血虛), 양허(陽虛), 음허(陰虛)로 구분된다.

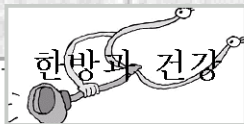
협식형 감기는 소아가 음식을 절제할 수 없어 소화 장애가 있을 때 걸리는 감기를 말한다.

증상은 발열·오한·두통 등의 감기증세에 식욕이 없고 속이 미식거리며 트름을 하고 소화되지 않은 음식물을 토하고 입냄새가 나고 헛배가 부르며 복통이 있고 대소변이 잘 안나오는 증상이 있다.

협경형 감기는 소아가 원래 신경이 민감한데 감기에 걸려 불편한 몸에 대해 더욱 놀래거나 심리적으로 위축이 되고 열이 올라 경기를 겸하는 감기를 말한다.

이와 같이 감기는 그 원인에 따라 여러 가지로 분류되므로 그때그때 치료하는 방법 또한 달라야한다.

감기의 치료는 일반적으로 충분한 휴식과 영양 공급이 중요하며 보온에 주의하여야 한다.



민간요법으로는 감기 초기에는 꿀꺽질과 생강을 끓인 후 꿀에 타서 먹거나 도라지를 꿀꺽질과 같이 끓여먹는 것도 좋다. 평소 간단한 운동과 냉수마찰은 감기 예방에 도움이 된다. 또한 환절기 전에 호흡기를

도와주는 補藥을 복용하는 것도 예방의 한 방법이다.

감기는 만병의 근원이므로 초기 치료가 중요하며 초기에 전문 의료인에게 진료 후 약을 복용하는 것이 좋다. ☺

