

심장과 폐는 하나로 연결되어 있다.

'새 생명'의 답은 이 책에 있다.

“스테로이드 아웃!”

화공약품 금지 외치는 한의사



위의 QR코드를 스캔하면 미국 언론에 보도된 “스테로이드 아웃” 기사를 보실 수 있습니다.

“연고를 많이 사용해 딸이 쿠싱증후군에 걸린 것 같다. 나의 무식함이 아이를 망쳐버렸다. 후유증이 너무 겁난다.” 지난 1월 한국에서 30대 한 어머니가 8세 딸의 목을 졸라 살해하고 자살하는 사건이 벌어졌다.

아토피 때문에 연고를 바르고 또 발라 스테로이드 중독에 이른 8세 딸은 고혈압에 당뇨, 골다공증까지 합병되는 최악의 결과를 맞이했다. 어렸을 때부터 아토피를 앓아온 딸을 위해 수년간 온갖 치료를 다 했지만, 완치는커녕 합병증만 더해간 것. 주변 어디에서도 딸의 병을 고칠 수 있다는 말을 듣지 못해 절망감에 빠진 어머니는 끝내 딸아이의 목을 졸라 죽이고, 본인 또한 자살하는 극단적인 선택을 했다. 오랜 시간 동안 아이는 몸과 어머니는 두려움과 맞서 싸웠지만 끝내 지고 만 것이다. 이러한 사건은 비단 부산 모녀만의 일은 아니다.

광양서 아토피를 앓던 고3, 처지 비관 자살...

서울 의과대학 여대생, 아토피 못 이겨 자살...

사법고시에 합격한 변호사, 결국 아토피 비관 자살...

아토피에 대한 오해가 부른 비극적인 참사는 오늘도 우리 주변 어딘가에서 벌어지고 있다. 무엇이 이들을 극단적인 죽음으로까지 몰고 간 것일까. 대한민국 보건복지위원장실에서는 이번 사건을 계기로 관련 부처와 의료계, 학계 등의 전문가들이 아토피 치료법을 함께 모색하고자 <아토피 비관 자살 관련 포럼>을 개최했다.

포럼을 주최한 오제세 보건복지위원장은 “현명한 전문가들이 지혜를 모으면 아토피 환경을 바꾸는 변화가 가능하다. 이번 아토피 포럼이 긍정적인 아토피 치료 환경을 조성하는 하나의 대안

이 되기를 바란다.”며 포럼의 배경을 밝혔다. 아토피 비관 자살을 더 이상 방치할 수 없다는 취지로 주최된 이번 포럼에는 성모병원 피부과 김태윤 교수와 서울대 수의대 강경선 교수, 편강한의원 서효석 원장 등 3명이 발제자 대표로 나섰다.

아토피는 전 세계 약 14억 4천만 명이 앓을 정도로 흔한 질환이면서도, 양의학과 한의학 양쪽에서 그 원인과 치료법에 대한 의견이 극명하게 갈리는 질환이다. 아토피 치료, 그 해법은 무엇일까?

스테로이드는 가장 앞선 치료제 VS 스테로이드를 끊어야만 완치의 길이 열린다

우리가 아토피피부염, 여드름, 지루성피부염 등 각종 피부염으로 병원을 찾을 때 일반적으로 처방 받는 약은 스테로이드를 성분으로 한 약이다. 이렇게 스테로이드제를 사용한 환자 대부분은 신기하게도 하루 이틀 만에 심했던 피부염 증상이 마법처럼 낫는 경험을 하게 된다. 얼마 후 다시 증상이 재발해도 그는 서랍 속에 넣어 두었던 그 명약을 다시 꺼내 사용하고, 이제 증상이 나타날 때마다 아무 생각 없이 스테로이드 연고에 의존하게 된다. 돌이킬 수 없는 비극이 시작된 것이다.

처음 스테로이드제가 세상에 나왔을 때는 ‘신의 은총’으로 불릴 만큼 효과가 탁월한 약으로 통했다. 물론 짧은 시간 안에 증상을 완화시킨다는 점에서 스테로이드제를 따라올 만한 일시적인 치료제는 없다. 하지만 최근 스테로이드 오·남용으로 인해 생긴 부작용으로 만성 피부염을 키운 사례들이 많아지면서, 실제 스테로이드를 사용해 본 사람들 사이에서 그 부작용에 대한 두려움이 상당히 퍼져있다.

스테로이드제는 피부염을 일으키는 원인을 해결하는 것이 아니라 그저 단순히 염증반응을 억제하는 역할을 할 뿐이다. 원인을 해결하지 않는 한 증상은 악화되고, 사용하지 않으면 재발한다. 시간이 흐르면서 약에 대한 내성이 생기고 효과가 떨어져 더 많은 양의 강한 스테로이드를 사용하게 된다. 강한 스테로이드도 내성이 생겨 효과가 떨어지고 여러 가지의 피부 부작용을 겪게 되면, 환자는 그제야 스테로이드를 오·남용 했다는 사실을 알게 된다. 그러나 그때는 이미 피부가 스테로이드에 중독돼 사용을 중단할 수 없는 상태가 된다. 중단하는 순간 리바운드현상으로 피부염 증상이 더욱 심각해지기 때문이다.

아토피가 죽고 싶을 정도로 괴로운 질병이기는 하지만 아토피 때문에 죽는 사람은 없다. 그러나 반복적인 스테로이드제 사용을 통한 부작용은 죽을병도 아닌 아토피 환자에게 스스로 죽음을 선택하게 한다.

그럼에도 불구하고 현대의학에서는 아토피는 사실상 완치가 어려운 질환이며, 스테로이드 치료제를 통해 증상을 억제하고 조절해야 할 뿐이라는 입장에서 더 이상 진척이 없다. 대한민국에서 개최된 이번 <아토피 비관 자살 관련 포럼>에서 양의사 대표는 “현재까지 개발된 알레르기 질환 치료제는 증상을 완화시킬 뿐 성공적으로 완치시키는 치료제는 아직까지 개발되지 않았다.”고 말했다. 스테로이드 치료제가 현재까지 나온 가장 효과적인 치료제이며, 이를 대체할 약은 아직 존

재하지 않는다는 것이다. 그러나 스테로이드 부작용에 대한 불안감이 커져가고 있는 시점에서 이를 대체할 수 있는 새로운 아토피 치료 패러다임이 필요함은 자명하다.

그러나 한의사 대표로 참석한 저자 서효석 원장은 현대의학계의 이러한 의견에 반기를 드는 놀라운 주제 발표를 했다. 그는 “아토피는 사실 매우 잘 고쳐지는 병이며, 스테로이드를 대신할 약은 당연히 있다”고 말한다. 단, 지금껏 무의식적으로 사용해오던 스테로이드제를 빨리 끊기만 한다면 말이다.

당신이 몰랐던 아토피의 진짜 원인

문제가 생겼을 때 그 문제에는 반드시 원인이 있다. 어떤 문제든 원인만 제대로 알아도 해결책은 명쾌해진다. 아토피도 그렇다. 그러나 원인조차 제대로 파악하지 못하고 헛다리를 짚는 과정이 반복된다면, 해결로 가는 여정은 그만큼 길어질 뿐이다. 아토피는 피부에 나타난 병이므로 단순히 피부를 치료하면 된다는 생각에 약만 주구장창 바르는 것처럼 말이다.

아토피는 어느 한 가지 원인으로 생기는 병이 아니다. 복합적이고 다양한 원인으로 나타나며 갈수록 범위도 확대되고 있다. 그러나 확실하게 말할 수 있는 것은 폐가 허한 체질의 사람이 스트레스를 받거나 인스턴트 음식, 아파트 건축 자재와 마감재에서 내뿜는 화학물질, 대기오염 같은 알레르기 유발 환경을 만났을 때 폐에 열이 쌓여 기능이 떨어지면서 아토피가 나타난다는 점이다.

생명의 원천인 대기를 한껏 받아들여 몸 구석구석에 전달하고, 노폐가스를 몸 밖으로 내버리는 역할을 담당하는 폐는 인체 면역력을 좌우하는 핵심 장기다. 야생 동물은 자연에서 끊임없이 걷거나 뛰면서 폐가 단련되어 별다른 노력을 하지 않아도 폐 기능이 발달되어 있다. 그러나 현대인은 바쁜 일상과 운동부족으로 인해 폐에 독소와 노폐물이 쌓이면서 몸에 좋은 것을 받아들이고 나쁜 것을 내보내는 기능이 떨어지게 된다.

한의학에는 ‘폐주피모’라 하여 폐가 피부와 털을 주관한다는 이론이 있다. 작은 호흡기인 피부는 큰 호흡기인 폐의 명령에 따르는데, 아토피, 여드름, 기미, 검버섯 등과 같은 피부 질환은 폐 호흡 약화로 피부 밑에 노폐물이 쌓여 피부 호흡도 원활하게 이루어지지 않아 생기는 병이다.

아토피 치료의 핵심은 ‘폐’

사람은 으레 피부의 털구멍으로 기름 쓰레기를 배출하고 땀구멍으로 물 쓰레기를 내보낸다. 기름 쓰레기든 물 쓰레기든 몸 밖으로 빨리 빠져나가야 피부도 건강한데, 빠져나갈 문이 비좁아서 밖으로 나가지 못하고 피부 밑에 쌓이면 열이 나고 열독이 올라 붉어지고 간지럽게 된다.

스테로이드를 바르거나 먹었을 때 일시적으로 피부가 좋아진 것처럼 보이는 것은 털구멍과 땀구멍을 일시적으로 닫기 때문이다. 그러나 피부 밑에는 노폐물과 독소가 쌓여 출렁거리고 틈새로 올라온다. 세계 굵으면 피투성이가 되고 만다.

배출되지 못하고 몸 속에 쌓인 쓰레기는 덮어둔다고 해결되는 것이 아니다. 반드시 버려야만 한다. 따라서 한의학에서는 아토피를 피부의 문제가 아니라 호흡기를 중심으로 한 전신의 불균형

문제로 본다. 치료의 초점도 알레르기 유발 환경에 저항할 수 있도록 체질을 튼튼하게 만들어 주는 데 맞춰진다.

폐 기능이 극대화되면 대기의 기운이 혈액으로 잘 전해지므로 건강한 혈액이 몸 속의 열을 내리고 털구멍을 열어 몸 속 쓰레기를 밖으로 배출시킨다. 이때 땀을 흘려 땀구멍까지 활짝 열면 피부 밑의 독소와 노폐물이 모두 빠져나온다. 따라서 피부에 화색이 돌고 윤기가 나게 된다. 이것이 저자가 말하는 청폐(淸肺)요법의 핵심이다. 대체로 폐가 튼튼하면 살결이 매끄러운 반면 폐가 약하면 피부가 거칠고 윤기가 없다. 이처럼 숨결이 고우면 살결도 고운 것이다.



아토피 포럼 후 서 원장이 기자들과 인터뷰를 하고 있다. (2014 대한민국, 서울)

몸 속 쓰레기, 뽐어내야 낫는다

아토피를 치료하다 보면 몸 속에 쌓여 있던 독소를 뽐어내는 과정에서 일시적으로 증상이 심해진 것처럼 보이는데 이를 명현현상이라 한다. 명현현상은 병이 나으려면 거쳐야 할 필수 코스이므로 치료를 중단하지 말고 더욱 열심히 땀을 흘려야 한다.

특히 오랫동안 스테로이드를 사용해 노폐물과 독소가 체내에 상당 부분 축적된 사람들은 스테로이드를 벗어나는 과정에서 피부가 뒤집어질 듯한 탈스(탈스테로이드)현상을 겪게 된다. 이는 스테로이드제로부터 벗어나려는 피부의 몸부림이다. 인류가 발명한 최고의 소염제로 불리는 스테로이드제는 증상을 빠른 속도로 완화시키지만, 오래 사용할 경우 부작용이 심각하다. 그래서 피해의

심각성을 느끼고 스테로이드제를 끊으려 할 때 그동안 억눌려 있던 증상들이 견잡을 수 없이 몰려와 피부가 붉게 부풀어 오른다. 가려움증도 심해져 온몸을 미친 듯이 긁어대야 시원함을 느끼고 각질이 우수수 떨어지며 진물이 난다.

개인차는 있지만 폐 기능을 강화시키면 대략 3개월까지는 명현현상과 탈스현상을 거치고 4개월째부터 수그러든다. 그러나 수년에서 수십 년 동안 스테로이드를 사용해 왔다면 탈스현상도 길고 그만큼 치료 기간도 오래 걸린다. 그렇다고 뱉어내는 고통을 참지 못하고 다시 스테로이드를 바르면 근본 치료는 되지 않고 화공 약품이 다시 내 몸을 망치는 '언 발에 오줌 누기'식 대증요법이 반복된다.

따라서 힘들더라도 '심해져야 낫는다'는 주문을 걸며 계속 땀구멍을 열어 주는 유산소운동과 털구멍을 열어주는 청폐(淸肺)요법을 병행해 부지런히 땀 흘려 운동하고 심폐기능을 강화해야 피부 곳곳에 숨은 스테로이드까지 뱉어내고 씻어내 비로소 아토피가 치료된다.



청폐(淸肺)요법으로 아토피를 완치한 사람들

서 원장은 이번 포럼에서 편강한의원의 청폐(淸肺)요법을 통해 아토피가 완치된 수많은 사례를 소개하며, 아토피뿐만 아니라 모든 호흡기 질환에서도 스테로이드가 남용되고 있다고 지적했다. 천식, COPD, 폐섬유화 등 많은 질병이 근본을 치료하는 것이 아닌 겉핥기식 치료만으로 효과를 보려 한다는 것이다. 반짝거리는 효과에 취해서 과도한 양의 스테로이드를 쓰게 되면 치료가 아닌 악화의 길을 걷게 되며, 결국엔 피부의 털구멍과 땀구멍마저 모두 닫게 되어 아토피마저 불러오는 결과를 초래한다.

이번 포럼에는 수년간 아토피로 고통을 겪고 이겨낸 환우 대표가 참석해 그들의 생생한 아토피 치료 경험담을 전했다. 최악의 아토피를 경험한 3인 중 2인은 청폐(淸肺)요법을 통해 완치를 경험했다고 밝혔으며, 20년간 아토피를 앓아왔던 나머지 1인 역시 15년간 스테로이드를 써오다 지난 5년 전부터 스테로이드를 끊었는데, 최근 5년이 가장 행복하다는 증언을 남겼다. 이석현 국회의장 역시 아토피 포럼 축사에서 자기 조카의 극심했던 아토피가 청폐(淸肺)요법을 통해 완치되었음을 증언했다.

포럼을 개최한 오제세 전 보건복지위원회 위원장도 다음날 손녀딸의 아토피를 치료하기 위해 편강한의원을 찾았다. 저자 서효석 원장이 41년간 세운 폐 건강 지론이 양의학과와의 대결에서 완벽한 승리의 판정을 얻어낸 셈이다. 지금 그 손녀딸은 아토피 증상이 많이 호전되어 잔치를 준비하고 있다.

지금 당장 스테로이드를 끊어라!

지금까지 어떤 보도도 아토피 환자가 스테로이드를 끊어야만 완치가 된다는 기사는 없었다. 땀을 흠뻑 흘려야만 한다는 보도도 없었다. 서 원장은 “역사상 처음 열리는 이 귀중한 포럼에서 나는 오늘 스테로이드를 끊어야 하는 이유와 땀을 흘려야 하는 이유를 충분히 설명했으며, 이 사실은 반드시 전 세계 아토피 환자들에게 알려져야 한다.”고 당부했다.

스테로이드는 올림픽에서도 쫓겨났다. 아무리 고귀한 메달을 땀어도 스테로이드 복용 사실이 들통 나면 메달은 여지없이 취소되고 선수 생명은 끝이 난다. 올림픽에서 쫓겨난 스테로이드가 왜 의학계에서는 아직도 최고의 왕자로 군림하고 있는가? 진정한 아토피 치료는 부당한 플레이로 눈속임하는 스테로이드를 퇴출시키는 데서 시작된다.

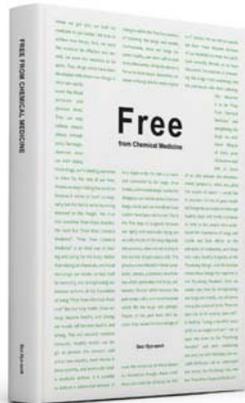
저자 서효석 원장은 지금 전 세계 10억 명이 스테로이드를 쓰고 있다면 그 양을 최소화하여 일천만 명 이하로 줄여야만 한다면 이것을 자신의 사명이라 밝혔다. “과학의 빛이 밝히지 못하는 질병의 영역이 있다. 우리는 풍부한 치료 경험에 기반을 둔 상식으로 그 어둠에 맞설 수 있다.”고 말하는 저자는 오늘도 그 사명을 다 하기 위해 고군분투한다.

동양인이나 서양인이나 사람의 생명은 모두 소중하다. 이것이 한국의 건강 베스트셀러 <Free from Chemical Medicine>을 전 세계적으로 출간하고, 뉴욕타임스 지면을 빌어 서 원장의 지론을 널리 알리는 유일한 이유이다.

위대한 의학자 오슬러는 말했다. “젊은 의사가 처음 의사 생활을 시작할 때는 한 가지 병에 스

무 가지 약을 쓴다. 그러나 은퇴할 때쯤 된 노련한 의사는 스무 가지 병에 한 가지 약을 쓴다.”
질병으로부터 자유로운 삶을 원한다면 주의를 기울여야 할 대목이다.

스테로이드를 멀리하라. 그리고 이 책을 가까이하라. 이 책을 덮을 때쯤이면 이미 당신의 몸은
달라져 있을 것이다.



<Free from Chemical Medicine>

저자 서효석

더 많은 정보를 원하시면 연락하시기 바랍니다.

무료 전화 번호

(이용 가능 - SPRINT / VZB / AT&T)

011-800-7070-7777

011-800-7171-7777

휴대전화 또는 인터넷 전화

82-10-2724-2222

82-10-3006-9999

편강환 서울 518-7777

Amazon(www.amazon.com),

Ebay(www.ebay.com),

Alibaba(www.alibaba.com) and

11st(<http://english.11st.co.kr>)

에서 이 책을 구매하실 수 있습니다



아마존에서 이 쿠폰 번호를 입력하면
30% 할인된 가격으로 구매하실 수 있습니다.