독활(獨活)

■ 식물명 : 땅두릅
■ 학명 : Aralia continentalis Kitagawa
■ 과명 : 두릅나무과(Araliaceae)
■ 별명(이명, 속명) : 강청(羌靑), 토당귀(土當歸), 독골(獨滑)
■ 생약명 : 독활(獨活)
■ 분포지 : 전국 산지
■ 파종시기 : 가을(10월 하순)
■ 꽃 피는 시기 : 7~8월
■ 채취시기 : 심은 지 2년차 가을~봄 사이
■ 용도 : 약용, 식용
■ 약용 : 진통제(두통, 신경통, 치통, 관절염 등), 발한, 풍열(風熱), 감기, 유종(乳腫), 방향성 건위제

식물의 생김새와 특징

우리나라에서 독활(獨滑)은 흔히 땅두릅나무라고도 불리며 두릅나무과의 다년생초본으로 알려져 있다. 그러나 우리나라에 분포하는 두릅속 식물을 보면 독활(Aralia continentalis Kitagawa)과 두릅나무(Aralia elata Seem.)가 있으며 땃두릅나무(Oplopanax elatum Nakai)는 독활과는 전혀 다른 식물이다.

북한에서 독활을 땃두릅나무 또는 뫼두릅나무로 수재하고 있어, 이를 잘못 따라하는 경향이 있는데 이는 바로잡아야 한다. 중국과 일본은 각각 다른 식물 기원을 수재하고 있는데 중국에서는 중치모당귀(重齒毛當歸 : Angelica pubescens Maxim.)를, 일본에서는 독활(Angelica continentalis Kitagawa)을 수재하고 있다.

독활은 전체에 짧은 털이 나 있고 향기가 좋다. 줄기는 장대하며 가지가 갈라졌고 높이는 1.5m 이상이다. 잎은 2회 3출하였으며 깃꼴겹잎(羽狀複葉)으로 잎자루가 있고 꽃은 자웅(雌雄) 일가이고 산형화서(花序)로 원추상이며 다수이다.

꽃부리는 소형이고 꽃잎은 5개로 도란형이고 끝이 날카롭다. 열매는 가을철에 둥근 모양으로 검게 익고 연한 녹색의 꽃이 7~8월에 피며 어린잎은 식용하며 뿌리는 약용으로 쓴다.

독활은 중국이 원산으로 한국, 중국, 일본 등지에 분포하고 있으며 우리나라에서는 농가에서 재배하고 있는데 지방에 따라 '독골(獨骨)' 또는 '땅두릅'이라고 부르기도 한다.

독활은 우리나라 각지에 자생 또는 재배되어지고 있는데 최근 재배면적이 확대되고 생산량도 증가 추세에 있으며 주산지는 임실, 연기, 금산 등이다. 약용으로는 뿌리를 이용하고, 연화재배를 통하여 어린잎과 줄기를 식용으로 이용하기도 하는데 생산량과 상품성을 높이고 조기에 출하해야 높은 값을 받을 수 있으므로 보통 피복 밀식재배를 해야 한다.

재배법

독활은 추위에 비교적 잘 견디므로 고랭지를 제외한 우리나라 어느 곳에서나 재배가 가능하나 햇빛이 잘 들고 바람이 잘 통하는 곳에서 생육이 양호하다. 토질은 유기물 함량이 많고 물빠짐이 좋은 pH5.0~6.0의 약산성에서 재배하는 것이 알맞다. 종자번식(실생법), 묘두번식(포기나누기=분주법), 꺾꽂이번식(삽목법) 방법 등이 있으며 농가에서는 뿌리 수확 후 묘두번식 방법을 많이 이용하고 있다.

종자번식(실생법) : 단시일에 많은 묘를 확보하여 대량 번식할 수 있는 장점이 있으나 묘를 기르는 데 1년이 소요되므로 수확까지의 기간이 1년 늦어지는 단점이 있다.

채종 및 파종 : 10월 하순에 잘 익은 열매를 채취하여 과육을 제거한 후 바로 파종상에 파종한다. 수분 유지와 서리 피해를 막기 위해 볏짚을 덮어 두었다가 다음해 봄에 발아하여 올라오기 시작하면 걷어준다. 가을에 파종하지 못한 종자는 노지에 묻어 두었다가 봄에 꺼내어 파종하는데 묻을 때는 종자가 건조하지 않도록 보관해야 한다.

가을에 채취하여 건조 보관한 종자를 파종하고자 할 때는 25℃의 물에 24시간 정도 담가 두었다가 종자끼리 붙지 않을 정도로 음건시킨 후 3~4℃ 정도의 냉장고에 25~30일간 보관하여 저온감응을 받도록 한다. 그 후 씨 껍질을 연화시키고, 2% 염소산나트륨 용액에 3시간 동안 담갔다가 흐르는 맑은 물에 30분 정도 완전히 씻어 발아 억제 물질을 제거하고 음건시켜 파종하면 발아율을 향상시킬 수 있다.

파종 시, 완숙퇴비 2kg/㎡과 복비(18-18-18) 25g을 전층시비하고 나비 1.2~1.5의 높은 두둑을 만든 다음 흙을 곱게 부수어 평탄작업을 하고 15㎝ 간격으로 0.5~1㎝ 깊이로 골을 치고 줄뿌림한다. 그 후 종자가 보이지 않을 정도로 얇게 복토한 후 볏짚을 덮은 다음 충분히 물을 준다. 발아가 20% 정도 진행되면 볏짚을 제거해준다.

묘두번식(분주법) : 육묘 기간을 단축하고 1~2년 재배하여 약재를 생산 할 수 있는 장점 때문에 대부분의 농가가 이 방법으로 독활을 재배하고 있으나 번식되는 양이 많지 않다는 단점이 있다(2~3배). 늦가을 잎이 누렇게 변한 후(11월 중·하순)나 이른 봄(3월)에 포기를 캐낸 후 길고 굵은 뿌리는 잘라서 약재로 쓰고 남은 묘두를 출실한 싹눈이 2~3개씩 붙도록 쪼개어 정식한다. 너무 얕게 묻으면 겨울에 동해(凍害)를 받을 수 있으므로 주의한다.

정식(아주심기) : 해동과 함께 가능한 빨리(3월 중·하순) 심어야 뿌리 뻗음이 좋고 지상부의 생육도 양호하다. 정식 거리는 이랑 나비 90㎝, 포기 사이를 60㎝ 정도로 하는 것이 좋다. 이 경우 1,800주/10a 정도 심어진다. 정식 방법은 먼저 20㎝ 깊이로 구덩이를 파고 겉흙을 10㎝ 정도 채운다. 싹이 위를 향하도록 세우고 흙이 뿌리 사이로 들어가도록 한다. 싹 위로 4~5㎝ 정도 덮이도록 흙을 덮고 가볍게 눌러준다.

시비 : 독활은 심기 전 밑거름을 충분히 준다. 그것은 독활이 생육이 왕성하고 거름에 강한 특성 때문이다. 밑거름은 10a당 퇴비 1,500kg 이상, 용과린 20kg, 염화칼륨 10kg을 전층시비한다. 웃거름(추비)은 생육상태를 보아가면서 하는데 일반적으로 10a당 복합비료(18-18-18) 10kg을 포기 사이에 뿌려주고 잘 썩은 퇴비나 왕겨, 볏짚 등으로 피복해주면 수분 유지 및 시비 효과를 동시에 기대할 수 있다.

관리법 : 생육이 왕성하기 때문에 생육 초기에 1~2회의 제초작업으로 충분하며 7월경부터는 경엽(줄기와 잎)이 무성하게 자라기 때문에 잡초는 크게 문제되지 않는다. 2년차부터는 초기에 올라오는 잡초만 제거해주면 된다. 아울러 꽃대가 올라오면 채종용을 제외하고는 8월 초부터 잘라주어 뿌리의 생육이 잘 되도록 해준다.

병충해 예방법과 방제

아직까지 큰 문제가 되는 병충해는 없으나 배수 불량지에서 뿌리가 썩고 장마철에 잎과 줄기가 누렇게 변하면서 죽는 경우가 있으므로 배수 관리에 만전을 기한다.

약초의 효능과 한방 및 민간요법

◆ 사용 부위
독활은 뿌리를 약재로 사용한다.

◆ 채취와 가공
독활은 심은 지 2년차 되는 가을(10~11월)에서 이듬해 봄 사이에 채취하여 건조한다.

◆ 성분
독활의 주요 성분으로는 스테로이드 호르몬의 복합물질이 함유되어 있고 그 외 휘발성 물질인 정유(精油)와 지방이 포함되어 있다.

◆ 약효
독활의 효력은 진통제(鎭痛劑)로서 두통, 전신통, 신경통, 관절염, 치통, 피부염 및 외상 지통, 요통에 효과가 좋으며 눈이 빨갛게 충혈될 때에도 유효하다. 정유 성분은 위장에 대하여 완화 자극 작용이 있어 소화액의 분비를 촉진시키며 장내 이상 발효를 억제시키는 동시에 방향성 향기가 있어서 방향성 건위약으로도 쓰고 있다.

◆ 용법
한방에서 풍한(風寒)으로 오는 두통에는 방풍, 천궁, 고본, 만형자 등을 배합하여 치료하고 신경통, 관절염 등에는 '독활기생탕(獨活寄生湯)'을 처방하여 복용한다. 독활, 당귀, 상기생, 백작약 각 3g과 숙지황, 천궁, 인삼, 백복령, 우슬, 두충, 방풍, 육계 각 2g 및 감초 1g, 생강 3편(片)을 넣는다.

◆ 식용법
이른 봄에 어린순을 나물로 해 먹는다. 약간 매운 맛이 있기는 하지만 향긋하고 씹는 맛이 좋다. 조리할 때는 가볍게 데쳐서 찬물에 한두 번 헹구기만 하면 된다.

저자 소개

김행중

남부대학교 한방제약개발학과 졸업

1974. 전남생약농업협동조합 입사
1986. 전남생약농업협동조합 조합장 취임.(현재 재임중)
1993. 전남 농민교육원 약초재배 강사 위촉
1995. 전라남도 농업발전심의회 위원 위촉
1996. 농림부장관 표창
1997. 전라남도 도지사 표창
2001. 사단법인 우리약초살리기운동본부 이사 선임
2003. 전라남도 농업인 대상 수상(유통가공 부문)
2005. 전라남도농업기술원 친환경약용작물 교육 강사 위촉
2007. 전라남도 농업발전심의회 위원 위촉
2008. 전국 생약농업협동조합 연합회 회장 취임
2009. 국민포장 수훈