

2023.vol.14
상반기 뉴스레터



제주한의학연구원

目次

Opinion

반려동물산업에 청정 제주도 자원 활용과 전망	04
웰니스 산업, 휴양의학, 그리고 통합의학: 건강과 행복을 위한 혁신적인 접근	07
생활습관의학: 100세 시대 축복의 동행자이자 삶의 지혜	09

2023 JIKOM 주요사업

독의약 소재 실용화 기반연구	13
제주 한의약자원 활용 향노화 바이오헬스 소재 개발	14
한방가공법 활용 기능성 증대 소재 개발 및 안전성 확보 연구	15
한의 공공의료서비스 사업	16

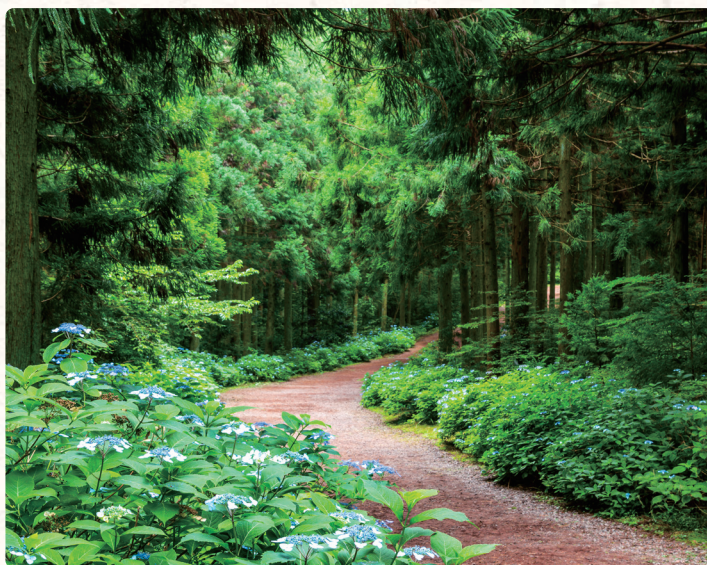
2023 JIKOM NEWS

송민호 제주한의약연구원장, 'NO EXIT' 캠페인 동참	17
제주한의약연구원, '제주해녀 헬스케어 실증사업' 진행	17
동신대-제주한의약연구원 학술·교류 업무협약 체결	18
한의약 자원 활용한 공동연구 '시동'	18
제주한의약연구원-충북대, 반려동물 위한 '한의약 자원' 상용화 MOU	19
한의약연구원-라산그룹, 제주산 한의약 활용한 식음료 출시 협약	19
제주한의약연구원-장흥통합의료병원 MOU	20
제주한의약연구원,제이앤제이바이오헬스케어와 업무협약	20

재미있는 한의약 이야기

한의학적으로 본 '탕후루' 건강에는 어떨까?	21
한의약과 웰니스산업 "예방 중시하는 한의학, 웰니스 산업 발전 위한 필수요소"	22

날마다 한라산 중턱을 다니다 보면 자연스럽게 산의 사계(四季)를 알게 됩니다. 다행히 아직은 봄, 여름, 가을, 겨울의 차서(次序)를 잘 지켜 우리에게 익숙한 범주 안에서 돌아갑니다. 지금은 도로 옆으로 터널처럼 짙은 녹음이 그늘을 드리워, 지나가는 사람들의 마음마저 시원하게 만들어 줍니다. 간혹 속도를 높여 뺄리게 지나가는 차도 있지만, 대부분 제주시 초입에서 다시 만나게 됩니다. 우리가 계획하고 행하는 일이 아무리 그럴 듯해도 자연의 토대를 벗어나기는 좀 어려울 것이라 확대해서 생각도 해봅니다.



어느덧 우리는 기상이변이 빈번한 시대에 와버렸습니다. 동남아시아의 때 이른 폭염 소식과 우리나라 크기의 반 정도를 태우고도 여전히 꺼지지 않은 캐나다 산불의 엄청난 규모와 진화하기 어려운 상황들, 그리고 2030년 정도면 북극 빙하가 사라진다는 암울한 보고.... 그런데 여전히 우리 내부에는 그 위에서 살아온 사람들과 다양한 생물의 위기보다 개발에 초점을 맞추는 경제적 본능이 꿈틀거립니다. 만약 이곳이 안전하지 않다면 어떠한 경제적 부와 권력을 구축하여도 우리의 미래는 늘 불안하고 위태로울 뿐입니다.

가끔 산을 오릅니다. 돈내코 코스는 힘들고 지루해서 사람이 별로 없습니다. 그러다 보니 어쩌다 만나는 등반객이 반갑고 자연스레 서로 인사도 하게 됩니다. 또 운 좋은 날엔 노루가 풀을 뜯는 모습도 아주 가까이서 볼 수 있습니다. 쉴 새 없이 지저귀는 새소리는 덤이고요, 그러다 보면 어느새 남벽에 다다르고 다리 아픈 것도 순간 사라집니다. 은하수를 잡을 수 있다는 상상이 펼쳐진 백록담 아래에서 부귀와 귀천이 무의미해지는 순간을 체험합니다. 한의학은 본질적으로 우리가 모두 성인(聖人)이 되길 희망합니다.

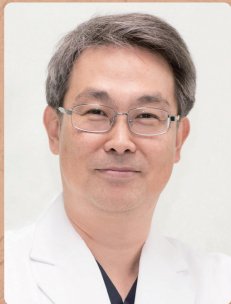
평상심을 유지하는 삶.

병(病)마저도 자신의 문제를 해결하는 도구로 바라봤던 시각이 지금 필요하지 않나 되돌아봅니다. 오늘은 잠시 느슨한 세상에 머물고 싶어집니다.

제주한의학연구원장

송민호

반려동물산업에 청정 제주도 자원 활용과 전망



충북대학교 수의과대
김근형 동물병원장

최근 우리나라의 국민소득이 3만달러를 돌파하면서 많은 변화가 일어나고 있는데, 그 중 하나는 반려동물에 대한 인식 변화이다. 과거에는 단순히 기르던 동물에서 이제는 일상생활을 함께 하는 가족으로 인식되고 있다. 얼마전 국회에서 발표된 자료에 따르면, 우리나라 반려동물 양육가구수가 인구주택총조사(2020년)에서 15%, 농식품부조사에서 27.7%, KB금융지주 보고서에는 29.5%, 기타 조사에서 약 25%로 보고되었다. 조사마다 다소 차이는 있지만 대략 5가구당 1가구에서 반려동물을 양육하고 있는 것으로 파악되고 있다. 동물보호와 유실, 유기 방지를 위해 사람의 주민등록과 같은 반려동물등록제가 우리나라에서도 2008년부터 시범적으로 운영되었으며, 이후 2013년부터 전국적으로 확대되었고 2014년부터는 의무화 되었다. 2019년 말 기준 전국적으로 209만 마리가 반려동물로 등록되어 있다. 반려동물 양육가구는 약 600만 가구로 서울 130만, 경기도와 인천이 196만으로

전체 약 54%가 서울과 수도권에 집중되어 있다. 제주도는 7만 가구 정도로 보고되었다. 이러한 반려동물의 증가 추세는 앞으로도 계속될 것으로 예상된다.

반려동물을 사람들의 가족으로 인식하면서 반려동물 산업이 큰 변화를 겪고 있다. 이러한 변화는 사료, 용품, 영양식 등 반려동물 산업 전반에 프리미엄화를 가져왔다. 또한, 동물 의료 기술이 발전하여 반려동물의 수명이 증가하고, 이로 인해 노령화에 따른 건강에 관심도 증가하고 있다. 반려동물 산업의 규모는 한국을 비롯한 많은 국가에서 매년 크게 성장하고 있다. 2020년에는 한국에서 약 5조 원의 규모를 기록하였으며, 이와 비슷한 시기에는 일본에서는 15조 원, 미국에서는 100조 원을 넘어섰다. 반려동물 산업 분야는 사료, 의약품, 용품 뿐만 아니라 스마트사료급식기, 헬스케어 스마트밴드, CCTV 등의 분야도 있다. 그 외 반려동물에 대한 보험, 첨단의료, 리빙 등 여러 산업들도 성장하고 있다.

2025년에는 동물용 푸드류를 포함한 동물 산업의 시장 규모가 2000억 달러를 넘을 것으로 예측하고 있다. 특히 개발도상국에서 관련시장이 급성장하고 있으며, 선진국에서는 다소 둔화하는 추세이지만 연평균 8.4%의 높은 성장률을 유지하고 있다. 반려동물이 사람들의 일상생활에서 더욱 중요한 존재가 되면서, 이러한 산업의 발전은 계속될 것으로 보인다. 또한, 반려동물 산업이 산업 전반에서 큰 비중을 차지하고 있다는 점은, 이 산업이 더욱 발전하고 성장할 가능성을 보여준다.

반려동물의 나이는 사람 나이로 환산하면 1살이면 약 15살 정도이며, 매년 사람보다 약 4~6배 빠르게 시간이 흐른다는 사실을 알고 있지 않은 일반인이 많다. 반려동물의 노화 과정은 개와 고양이에 따라 조금씩 다르지만, 일반적으로 소형견 기준으로 7살(고양이는 9살)이면 장년기가 시작되고, 11살(고양이는 13살)이면 노령기에 접어

들기 시작한다. 따라서 사람에서 60살 이상에서 발생하는 질병이 반려동물에서는 8살 정도에 발생한다고 볼 수 있다. 이러한 이유로, 반려동물의 건강은 인간의 건강과 마찬가지로 중요한 이슈가 되고 있다. 국내에서는 반려동물 건강 관련 제품 시장이 빠르게 성장하고 있다. 온라인 쇼핑몰 뿐만 아니라 유명백화점에서도 다양한 종류의 반려동물 보조제, 영양제, 영양 간식 등을 판매하고 있다.

반려동물 영양제에는 등록된 보조사료 원료를 사용하거나 사람의 식품첨가물 또는 건강기능식품 원료들이 사용된다. 과거에는 기본적인 비타민과 미네랄 위주의 제품이 많았지만, 최근에는 다양한 원료들을 사용하여 반려동물의 건강이슈를 해결해 주는 역할을 하고 있다. 눈 건강을 위해서는 루테인, 리코펜, 안토시아닌 등이, 관절 건강을 위해서는 글로코사민, 콘드로이친, MSM, 오메가-3, 비타민 C와 E, 보스웰리아, 초록입홍합 등이 사람 영양제와 비슷한 성분 조성으로 만들어지고 있다. 이러한 성분들은 철저하게 관리가 되고 있다. 국내에서는 반려동물 영양제는 사료로 구분되며, 농림축산식품부에서 사료관리법에 따라 규제되고 있다. 미국에서는 FDA(식품의약국)에서 동물사료의 품질을 보증하고 있어, 생산, 유통, 판매되는 동물사료의 안정성과 효능을 평가하고 있다.

최근 반려동물 관련 질병에 대한 통계조사 결과, 반려견은 8-14살, 반려묘는 4-5살에 치료비가 크게 증가하는 것으로 나타났다. 치료비로 지출이 가장 많은 비중을 차지한 질병은 사고와 수술을 제외하면 피부질환 치료, 소화기질환, 치과질환, 안과질환, 호흡기질환 순이었다. 이런 대표적인 질병에 대한 예방적 건강관리를 시작으로, 반려동물이 노령이 되면 제일먼저 취하는 조치는 노령 전용 사료로 교체이며 두 번째는 영양제를 제공하는 것으로 조사되었다. 반려동물 용품이나 사료를 구입할 때 가장 중요하게 고려하는 요소는 제품 성분과 품질, 영양성분, 그리고 안전성이었다. 이에 따라 대형 제약회사나 식품

회사 그리고 관련기업들이 반려동물을 양육하고 있는 사람들의 요구에 맞는 프리미엄제품들을 개발하고 시판하고 있는 것이다.

현재 인체의약품 후보물질들이 반려동물 의약품 개발에도 활용되는 추세이다. 이는 실험동물을 대상으로 한 비임상시험 결과를 이미 보유하고 있어 반려동물 의약품 인허가 과정이 간소화되기 때문이다. 이러한 동향에 따라 많은 제약회사들이 반려동물산업분야로 진출하고 있으며, 인체의약품 품목 허가전에 동물용 의약품으로 판매되고 있는 제품들도 많다. 특히 반려동물용 골관절염, 치주질환, 인지기능장애 약뿐만 아니라, 당뇨병, 아토피성 피부염, 심장병에 대한 약들도 많은 관심을 보이고 있다. 국내에서 반려동물사업에 진출한 제약회사는 대웅제약, 종근당바이오, 유한양행, 동국제약, 일동제약, 식품업계에서는 대상, 일동후디스, 롯데, 동원, 하림, KGC인삼공사 등이 있다. 또한 동물병원에서는 특정 질병관리를 위해 처방식 전문사료나 영양제를 개발하고 판매하는 등 자체 브랜드를 운영하는 경우도 많다. 이러한 반려동물 의약품 시장의 확대는 반려동물을 키우는 주인들에게 더 나은 치료와 케어 서비스를 제공할 수 있는 기회를 제공하고 있다.

제주도는 청정 자연과 친환경 이미지로 유명한 지역 중 하나이다. 제주도에서 직접 수확한 유기농 원료들을 사용하여 만든 화장품 브랜드가 큰 성과를 이루었으며, 또한 제주산 감귤, 곱향, 백년초, 감태, 레드비트, 울금, 새싹보리, 흑마늘, 히비스커스, 광어, 말뚝분말 등 제주산 원료를 이용한 사람 건강기능식품과 영양보조제도 많이 판매되고 있다. 이러한 제주산 원료는 면역체계강화, 항산화효과, 건강유지와 개선 그리고 기능 향상을 기대할 수 있다. 또한 화장품과 건강기능식품 외에도 제주산 원료로 한 의약품 연구와 개발도 점차 활발하게 진행되고 있다.

제주도는 반려동물과 산업동물을 위한 사료, 영양제 또는 동물용 의약품 개발을 위한 다양한 자원을 보유하고 있다. 이러한 자원들은 동물산업에도 활용될 것으로 기대되며, 이미 연구된 성분뿐만 아니라 앞으로도 많은 자원들이 발견될 것이다. 그러나 이런제품군의 개발에 있어 반드시 확인해야 할 것이 있다. 좋은 화장품원료, 건강기능식품원료, 원료의약품원료들이 동물에 모두 안전한 것은 아니기 때문이다. 포도나 사과 씨앗에는 시안화물이 포함되어 반려동물에 중독을 유발하며, 양파와 마늘은 신경독성 물질인 알릴프로필다이설파이드가 포함되어 반려동물의 적혈구를 파괴하고 빈혈을 유발할 수 있다. 자일리톨과 초콜릿, 카페인도 반려동물이 먹으면 독성을

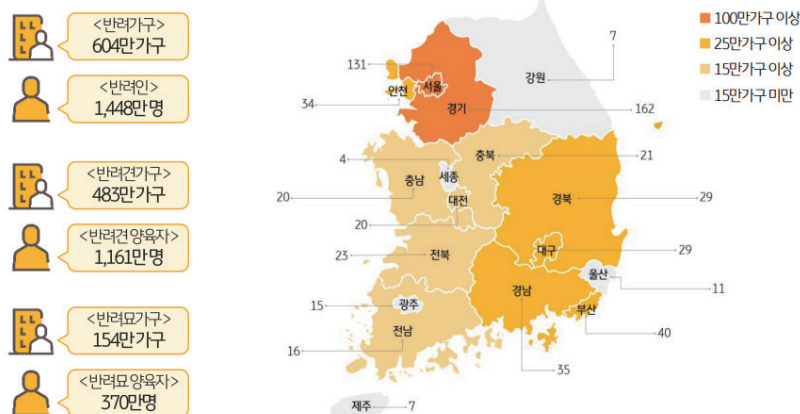
나타내는 식품이다. 또한 인간과 동물이 생리학적 차이로 인해, 원료의 투여방법 및 용량이 다르게 적용되어야 한다. 따라서 새로운 원료를 동물에게 제공할때는 반드시 효능평가와 함께 안전성 평가가 선행되어야 한다. 이를 통해 동물의 건강과 안전을 보호할 수 있다.

반려동물과 산업동물 관련 산업에 제주도의 자원들은 동물의 사료, 영양제 및 의약품 개발에 활용될 수 있는 후보 성분으로서 매우 유용하다. 이에 따라 제주도 지자체, 산업체, 학계 등 모든 관련 기관에서 이러한 자원을 대상으로 한 활발한 연구와 제품 개발에 많은 관심을 가져주기를 기대한다. 특히, 제주한의학연구원은 풍부한 제주

한의학자원 소재에 대한 연구 능력과 실용화 경험을 보유하고 있어, 국내외 동물관련 산업분야의 발전에 많은 기여를 할 것으로 기대된다. 원료에 대한 분석, 효능평가, 안전성 평가에 대한 지속적인 노력과 연구를 통해, 제주 미래의 동물 산업분야에서도 중요한 역할을 수행할 것으로 기대된다.

그림 1-1 | 한국의 지역별 반려가구 현황

(단위: 만가구)



*통계청(2019 인구주택총조사), 농림축산식품부 동물등록정보 데이터를 가공한 요약정보 (2019년말 기준), 전국20세이상 남녀1,000명을 대상으로 한 설문조사(2020년말 기준) 결과를 기초자료로 활용해 추정. 2021 한국반려동물보고서, KB경영연구소

참고자료

1. 2021 한국반려동물보고서, KB경영연구소
2. 2022 성장하는 펫케어 산업 최신트렌드와 우리 기업의 글로벌 경쟁력 강화 방안, 박가현, 신산업연구실, 한국무역협회
3. 2022 펫 휴머니제이션 시대-반려동물 산업의 미래와 전망, 농림축산식품부
4. 2023 2022년 동물보호에 대한 국민의식조사 결과, 농림축산식품부
5. 2023 중소기업전략기술로드맵-반려동물 식품/기능성 사료 분야, 중소기업기술정보진흥원

웰니스 산업, 휴양의학, 그리고 통합의학: 건강과 행복을 위한 혁신적인 접근



원광대학교 한방병원, 원광대학교 장흥통합
의료병원 병원장 **이정환**

제주도는 그 자체로 자연의 보고이자 휴양지로 알려져 있으며, 이러한 자연 환경은 많은 사람들에게 휴식과 치유를 제공한다. 이러한 휴양의 가치를 인지한 제주도는 최근 웰니스 박람회 등 관광산업과 헬스케어 산업을 통합적으로 발전시키는 시도를 하고 있다. 웰니스 산업, 휴양의학, 그리고 통합의학은 현대 사회에서 건강과 행복을 추구하는 사람들에게 혁신적인 접근을 제공하는 핵심 개념들이다. 웰니스 산업은 우리의 삶의 질을 향상시키기 위한 다양한 제품, 서비스 및 경험을 제공하며, 이는 소비자들의 관심과 수요의 증가로 인해 급속도로 성장하고 있다. 휴양의학은 휴식과 재충전을 통해 건강을 증진시키는 분야로, 과거부터 현대에 이르기까지 건강을 중요시하는 사람들에게 큰 관심을 받아 왔다. 또한, 통합의학은 기존 의료 체계와는 다른 개념으로, 다양한 치료와 예방 접근법을 종합적으로 결합하여 개인의 건강과 웰빙을 총괄적으로 관리하는 방식이다. 그렇다면 이러한 웰니스 산업, 휴양의학, 그리고 통합의학이 서로 어떻게 연결되고 상호

작용하며, 현대사회에서 건강과 행복을 추구하는 사람들에게 어떠한 혁신적인 접근을 제공할 수 있는지에 대해 살펴보자. 그리고 이를 토대로 제주도가 앞으로 웰니스 산업과 휴양의학, 그리고 통합의학을 상호연계하여 발전시킬 수 있는지에 대한 가능성을 탐구해 볼 수 있기를 바란다.

웰니스 산업의 현황과 동향

웰니스(wellness)는 웰빙(well-being)과 행복(happiness), 건강(fitness)의 합성어로 신체와 정신은 물론 사회적으로 조화를 이루는 이상적인 건강 상태를 의미하며, 동시에 개인의 삶의 질 향상과 행복을 찾아가는 삶의 방식이라고 할 수 있다. 웰니스 산업은 개인의 신체적, 정신적, 사회적 웰빙을 총괄적으로 향상시키기 위한 제품, 서비스, 경험을 제공하는 산업으로 글로벌웰니스연구소(GWI)에 따르면, 웰니스 시장은 2020년 기준 4.4조 달러의 규모를 가지며 2025년까지 7조 달러의 규모까지 성장할 것이라고 전망했다. 웰니스 산업은 스파, 휘트니스 클럽, 건강식품, 건강 관리 앱, 멘탈 웰빙 서비스 등 다양한 형태로 나타나는데, 1)건강한 식습관, 영양 및 체중감소 2)개인관리 및 아름다움 3)신체 활동에 전체 웰니스 시장의 60% 이상이 집중되어 있다. 또한, 예방적인 건강 관리에 대한 필요성이 대두됨으로써 건강 관리와 휴식을 통해 질병의 예방과 치료, 스트레스 관리, 멘탈 헬스 케어 등을 실현할 웰니스 제품과 서비스에 대한 수요가 크게 증가하고 있다. 이러한 웰니스 산업은 개인의 삶의 질 향상과 웰빙을 중요시하는 시대적 흐름과 소비자 요구 변화에 부응하여 계속해서 성장할 것으로 전망된다.

휴양의학: 건강과 휴식의 융합

휴양의학은 산림, 또는 해양의 기후, 자연환경, 자연자

원을 활용하여 질병 예방, 건강 증진, 재활 치료를 목적으로 하는 모든 치유행위를 말한다. 휴양의학은 고대 그리스, 로마 시대 때부터 온천 등을 통해 건강과 치유를 추구하는 문화가 형성되었고, 중세 유럽에서는 온천을 중심으로 한 휴양지가 발전하였으며, 현대에 이르러서는 치유농업, 해양치유, 산림치유 등 다양한 휴양의학적 접근법이 개발되었다. 휴양의학은 휴양지에서의 휴식과 휴가를 통해 스트레스를 해소하고 재충전하거나, 스파, 요가, 명상과 같은 휴양 활동을 통해 정신적 안정을 증진시키는 것을 포함하며, 자연의 치유자원과 함께 식이영양, 운동치료, 미술치료, 음악치료 등 다양한 치료가 병행된다. 최근 많은 리조트와 휴양지에서 휴양의학 프로그램을 제공하면서 웰니스 관광상품 개발 등 휴양의학은 웰니스 산업과 밀접한 연관성을 가지고 있다.

통합의학: 새로운 의료 패러다임

통합의학은 의학, 한의학 그리고 보완대체의학의 장점을 통합한다는 개념 하에 간호학, 심리학, 영양학, 운동학 등 여러 보건의로 분야를 폭넓게 포함한다. 통합이란 말에는 환자의 육체적, 정신적, 영적 측면 뿐만 아니라 사회적 측면을 함께 다룬다는 의미가 포함되어 있기 때문에 통합의학은 환자의 질병의 치료에만 목표를 두는 것이 아니라 환자의 전인적인 치유와 웰빙을 지향하면서 생활습관의 중요성을 강조한다. 현대사회는 과학과 의학의 발달로 수명이 연장되기는 하였으나 반면에 고령화로 인한 만성질환, 퇴행성질환, 암 질환 등이 급속히 증가하게 되었다. 이러한 질환들의 특성은 이미 병이 발생하였을 때에는 현대서양의학적 치료만으로는 한계에 직면하는 경우가 적지 않고, 질병이 발생하기 전 생활습관의 변화를 통한 예방이 중요시된다는 특징이 있다. 또한, 기존 의료는 주로 질병의 치료와 증상 완화에 초점을 맞추고 있는 반면, 통합의학은 개인의 건강과 웰빙을 전체적인 관점에서 평가하고 환자에게 전인적, 포괄적, 환자중심의 의료를 제공함으

로써 현대서양의학이 제공할 수 없는 영역을 보완하여 치료의 상승효과를 가져다준다는 점에서 필요성이 인정된다. 우리나라에서는 동남권에 통합의료진흥원 전인병원, 서남권에 원광대학교 장흥통합의료병원, 중부권에 충주 위담통합병원이 정부의 지원을 받아 통합의료 연구 및 진료를 시행하고 있다.

웰니스 산업, 휴양의학 그리고 통합의학은 모두 개인의 건강과 행복을 추구하는 공통된 목표를 가지고 있으며, 이를 보다 효율적으로 실현하기 위해서는 상호연계와 접목이 필요하다. 웰니스 산업은 사회적 변화와 소비자 요구 변화에 따라 성장하고 있으며, 휴양의학은 건강과 휴식을 융합하여 전인적인 접근방법으로 개인의 삶의 질을 향상시킬 수 있다. 또한, 통합의학은 기존의 서양의학과 한의학 및 보완대체의학의 다양한 요소들을 전체적으로 통합 제공함으로써 현대 고령화 사회에서 발생하는 다양한 만성, 퇴행성 질환들에 대한 해결책을 제시할 수 있다. 웰니스 산업은 휴양의학의 원리와 개념을 활용하여 다양한 서비스와 제품을 개발할 수 있으며, 휴양학과 통합의학의 접목을 통해 자연의 치유에너지와 사람이 만들어낸 치료 기술의 융합은 질병치료를 넘어 사람을 치유하는 효과를 나타낼 수 있다. 이러한 웰니스 산업, 휴양의학 그리고 통합의학의 상호연계와 접목은 건강한 사람에서부터 만성질환 환자에 이르기까지 질병의 예방과 치료, 치유 그리고 건강 관리에 있어서 폭넓은 접근 방법을 제공함으로써 개인과 사회의 웰빙과 번영을 도모하는 데 기여할 수 있을 것이다.



생활습관의학: 100세 시대 축복의 동행자이자 삶의 지혜



대한생활습관의학회 이사장, 미국 로마린다 의대 교수 **이승현**

I. 들어가며 - 질병과 건강, 어떻게 해결해야 할까?

수많은 연구들은 한 목소리로 토로하고 있다. 한국인을 포함하여 인류의 주된 사망 원인은 만성질환이라고!! 천재 지변이나 기아, 전쟁이나 사고 등이 아닌, 우리 고귀한 인생들이 대부분 병에 걸려서 이 땅의 소중한 삶을 포기하고 떠나야 한다는 말이다. 질병이란 생명체를 구성하고 있는 세포 그리고 세포를 지시조절하는 유전체에 문제가 생겼다는 뜻이며, 만성질환이란 최소 3개월이상 그 문제들이 지속되는 비감염질환이다. 이런 만성적인 질환에는 국내 사망원인 1위 암을 비롯하여 그 뒤를 따르는 심혈관질환, 고혈압, 뇌졸중, 퇴행성신경질환, 당뇨병, 비만, 대사증후군, 관절질환, 척추질환, 자가면역질환, 우울증, 불안증, 중독 등이 포함된다. 한국을 포함하여 대부분의 선진국에서 살아가는 성인 경우, 약 10명 중 2/3 정도는 1개의 질병을 가지며, 그중 반 정도는 2개 이상의 동반질환(Co-morbidity)을 가지고 있다. 만성질환은 노년에 더욱 불리하게 나타나나, 치매, 암과 같은 질병들은 긴 세월을 걸쳐 유발되는 만큼, 젊은 성인기(203040세대)부터 주의를 기울여야 한다. 한편, 미국 경우, 2000년 이후 출생한 세대

들의 기대수명은 그 이전의 부모 세대들보다 짧아지기 시작했다. 곧 만성질환으로 인한 조기사망 년도가 앞당겨졌다는 뜻이다.

현시대에는 개인과 가정, 그리고 사회와 국가 모두가, 길어진 기대수명과 혼할 수 있는 100세 시대 그리고 고령화로 인한 값비싼 의료비와 보건의료시스템의 부담 등 사이에서 방향과 방법을 찾으며 서성거리고 있다. 그렇다. 찾아야 할 답과 가야할 길이 있다. 예컨대, 왜 세포와 유전자가 장기적으로 병들게 될까? 병원균이 아니라면, 우리 생명체에 만성질환을 유발시키는 뿌리 원인은 도대체 무엇인가? 생명체에 이미 유발되었거나 심지어 악화되어 가는 만성질환들을 치료하고 완전히 회복(치유)시킬 수 있을까? 또한, 이런 질병들은 예방을 통해서 미리 막을 수 있을까? 그래서, 늘 건강한 심신만이 아니라 웰빙 및 웰에이징까지 잘 성취하고 유지할 수 있을까? 있다면, 그것을 도와줄 수 있는 건강의 길, 곧 노앗, 와이, 노하우 등은 무엇인가? 그러할 때, 이 모든 질문들에 답을 함께 찾아주고 근본적 이자 궁극적인 해결책을 언제 어디서나 쉬이 택하고 취하여 활용할 수 있도록 동행해주며 삶의 지혜를 제공하고 서브해 주는 의학이 있을까?

II. 펼쳐며 - 왜 생활습관의학이 그 답과 길이 되어 할까?

2.1 생활습관의학의 출현 배경 및 정의

알고보니, 만성질환의 뿌리 원인은 '불건강한 생활습관(Unhealthy Lifestyle)'이었다. 수많은 건강 관련 과학 및 의학 연구 근거들과 데이터들은, 병원균이 감염질환을 일으키듯이, 소위 '부정적인 생활습관'들이 질병과 장애, 노화와 수명 등을 포함하여 생명체의 상태와 능력 및 삶의 질과 영역들에 위험인자가 되는 진실과 이치를 거듭 보고해 주고 있다. 특히, 후성유전자학(Epigenetics)과 같은 최첨단 과학에 의하면, 세포의 활동을 지시조절하는 유전체들은, 생활환경과 함께 선택되고 경험하며 유전체 환경으로

제공되는 '생활습관 신호(Lifestyle Signal)'들에 의해서 유전체의 발현과 침묵(활성화와 비활성화 또는 Gene Switch On-Off) 작업을 한다.

간략히, 이런 후성유전체들(Epigenomes)은 소위 '긍정적인 신호'들에, 보호적이지 건강적이며, 최적적인 소위 '긍정적 반응'을, '부정적인 신호'들에는 손상적이며 질병적이며 열악한 소위 '부정적 반응'을 표현(발현)하게 된다. 이 와중에 세포들의 활동은 웰니스(Wellness - 생명체의 최적 상태로서 건강, 웰빙, 건강수명을 초래) 또는 일니스(Illness - 생명체의 열악 상태로서 질병, 장애, 조기사망을 초래)에 처해지게 된다. 내가 어떻게 살고 있느냐의 라이프스타일에 나의 생명체의 성질과 능력, 질과 양이 결정되는 셈이다. 여기에, 온 세상과 삶을 마비시켰던 코로나 팬데믹 같은 감염질환의 취약성, 입원 및 사망도 부정적인 생활습관을 살고 있는 만성질환자나 사람들에게서 더 많이 나타났다. 생활습관은 건강과 수명을 포함하여, 우리 생명체의 생명과 존재와 삶에 결정인자(Determinant)이자 실질적인 운명(Destiny)이 되는 셈이다.

여기에, 근거기반의 치유적인 생활습관을 사용하여 질병을 예방하고 치료하며 심지어 역전시키며 동시에 건강과 웰니스 및 건강수명을 증진시키는 소위 "생활습관의학(Lifestyle Medicine, LM)"이 나타났다. 그러하다. 생활습관으로 인한 질병과 수많은 관련 문제들에 생활습관의학이 그 근본적이지 궁극적인 해결책이 되어 준다. 약 20여 년 전에 미국에서 출현된 생활습관의학은 만성질환 유발에 크게 직간접적인 원인을 제공하는 주된 6영역의 생활습관 행태들을 중재하기 위하여 근거기반의 비약물적인 긍정적 라이프스타일을 의료의 기초 원칙 및 개입 기동으로 사용하고 있다. 그것은 자연식물식, 신체활동/운동, 회복적인 수면, 위험/중독물질 회피, 스트레스 관리 및 회복탄력성, 긍정적 심리 및 정신, 긍정적인 사회적 연결/관계 등을 포함하고 있다.

2.2 생활습관의학의 연구 근거 및 파워

증가하는 수많은 연구들은 골이 깊고 의료비를 탕진하며 병을 키우게 되는 만성질환들이 LM의학을 통하여 쉬이 예방되고 치료될 수 있으며, 긍정적인 건강과 삶의 질 및 건강수명이 증가될 수 있는 것을 증명해 보이고 있다. 기존의 의학이 약, 시술, 수술 등을 의술과 의료행위로 사용하듯이, LM이 안내하며 사용하는 주된 생활습관 중재 및 개입 접근의 의술과 의료 과정은 원인-중심의 전인적 웰니스 패러다임을 사용하면서 긍정적인 건강 결과들을 쏟아내고 있다. 과연, 건강생활습관 변화는 세포의 노화를 역전시키고, 치매를 예방하거나 악화를 감소시키며, 유전자 발현 및 텔로미어 길이나 효소 활동에 긍정적 영향을 미치며, 또한 세포 활동에 유익하게 영향을 미칠까?

몇 연구 사례를 간략히 살펴본다(참고 문헌은 따로 제공합니다):

- 1) 3.5시간 유산소 운동+금연+식물성건강식+건강 체중 유지 → 당뇨병 93%, 심장마비81%, 뇌졸중 50%, 모든 암의 36%가 예방된 것으로 나타남.
- 2) 당뇨병 전증 환자에게서, 150분 걷기+건강 체중 유지 (7% 감량)+라이프스타일 코치와의 미팅(대면 & 폰 사용) → 메트포르민(Metformin) 약을 복용했던 참석자들보다, 당뇨병 유발 예방에 유의하게 더 높은 긍정적인 결과를 보여줌.
- 3) 하루에 5개 또는 이상의 과일/채소 섭취 → 인지 손상의 47% 감소와 유의하게 관련.
- 4) 3개월 간 매주 3시간 걷기 → 많은 신경 세포를 자라게 했으며 해마 부피를 증가시킴.
- 5) 3개월간의 4가지 건강생활(식물성기반 식사+150분 중강도 걷기+스트레스 관리+사회적 지지) 실천 → 초기 전립선암 환자에게서 501개의 긍정적인 유전자 발현, 텔로미라제 효소 30% 증가.
- 6) 트위터(Twitter) 사용을 기반으로 한 연구에서, 긍정적(행복한) 말을 사용한 사람들 → 부정적(우울한) 말을 사용한 사람들보다, 심혈관질환 유발과 심장질환

사망에서 유의하게 더 낮음.

7) 행복한 사람이 더 오래 사는 이유가 밝혀진 연구에서, 그들은 생리적으로 유리한 현상(예: 낮은 염증, 면역계 강화, 심혈관 건강, 길어진 텔로미어 길이, 더 나은 내분비 조절)만이 아니라, 건강한 행동을 더 많이 선택하고 실천하는 것으로 나타났다.

2.3 생활습관의학의 가치, 특징 및 역할

LM 접근은 일차적 치료법(First-Line Therapy)을 제공하면서 모든 건강과 의학 그리고 의료케어 서비스의 기초가 되며, 삶까지 건강하고 안녕하며 행복하도록 안내하고 지지하는 가이드가 된다. 사실, 노화도 후성유전체의 정보가 상실된 이론(The Information Theory of Aging)을 포함하여, 내재적 역량 강화를 통하여 얼마든지 가속화 과정을 늦출 수 있다. 이 모든 과정에 웰니스-중심의 전인적인 건강한 생활습관이 전체적 또는 보완적으로 사용될 수 있다. 무엇보다, 개개인의 자가-케어(Self-Care) 라이프스타일이 실천되어야 한다. 여기에, 도움이 필요한 환자분이나 내담자를 위하여, 생활습관의학 전문가들이 파트너, 팀이 되어 그 여정을 함께 걸어간다.

이 과정에, LM은 다학제적인 건강 관련 전문가들이 함께 협력하며 한 환자의 건강 문제를 전인적인 헬스케어 방법을 통하여 돌보는 것을 원칙으로 하고 있다. 의학들 중, LM만이 가지고 있는 특징이자 독특한 역할이기도 하다. 그것은 건강과 생활습관 자체가 본래 전체적으로 연결되어 상호작용하는 만큼, 전인적 케어(Whole Person Care)가 필요하기 때문이다. 아프리카 속담의 “한 아이를 키우는 데 온 마을이 필요하다”는 말은 아주 생활습관의학적이지 웰니스 과학적이며, 인문사회적이지 지혜롭다. 한편, LM은 질병이라는 결과-중심 케어에서 부정적인 생활습관은 빼주고(마이너스 접근) 동시에 긍정적인 생활습관은 첨가해 주는(플러스 접근) 접근을 사용하고 있다.

LM은 현재 글로벌에서 가장 급증하게 발전하고 채택, 실시되고 있는 의학 중 하나이다. 우리 국내에도 4년 전에

설립된 *대한생활습관의학교육원(Korean College of Lifestyle Medicine, KCLM)*을 통해서 안내, 보급되어 왔다. 의사를 포함하여 모든 보건의료제공자들에게 LM 의 교육 및 연간 국제 LM 보드 전문 자격증 시험 기회들을 안내하고 지원하고 있다. 국제 LM 보드 인증 교육기관이자 한국 LM 대표 의학 기관인 KCLM은 137명의 보드 전문가들을 양성했으며 올해 11월말-12월초에 국제LM콘퍼런스와 함께 5기 보드 시험을 시행한다. 지난 3월에는 학회도 창립했으며, 후기에는 교육 방송 운영을 계획하고 있다.

III. 나가며 - 생활습관의학이 제공하는 지혜와 축복

놀랍지 않은가 - 약과 시술과 수술 등으로 원인 제거가 어려웠던 만성질환과 조기사망의 해결에, 몇 생활습관 변화와 개선이 엄청난 긍정적인 건강 성과 및 웰니스 라이프를 증진시킬 수 있는 축복들을 선물하는 생활습관의학!! LM이 제공하는 근거기반의 이점과 혜택들은 사실 무궁하다. 예컨대, 환자의 홈-기반 건강 생활습관 중재 프로그램은 환자나 그 가족들이 병원 중심의 시간과 공간, 그리고 사람(인력)에 따라 맞춰야 하는 불편하고 어려운 제한점들을 다소 극복하고 덜어줄 수 있다. 또한, 환자가 집이나 커뮤니티에서 실시하고 처리할 수 있는 여러 생활습관 개선 과정들 및 데이터 모니터링과 수집 등으로 인하여 환자들은 좀더 적극적이며 능동적인 파트너가 된다. 동시에, 제공자들은 환자의 라이프스타일 데이터(예: Lifelog 이용)를 통하여 환자를 더 잘 이해하며 좀더 정확한 진단과 치료를 할 수 있으며, 의료의 본질과 의료인의 역할에 좀더 충실할 수 있다. 또한, LM은 가용성과 가성비가 높으며, 치료 과정의 불편과 통증, 부작용 등을 감소시켜주고 라포(Rapport)의 덕을 증가시켜 준다

본질상, 환자의 라이프스타일 변화 실천 참여가 핵심인 LM은, 습관의 변화와 조절 생활 가운데 치료나 치유 또는 웰니스를 가지고 온다. 그런 LM은 환자에게 건강을 포함하여 삶의 많은 영역에서 성장과 성숙 기회도 제공한다.

가령, 건강 문해력, 건강 신념과 확신, 동기유발 및 행동 변화의 준비성 그리고 자기 조절력을 증가시켜준다. 또한, 긍정적인 생활습관 개선을 실시하는 동안, 환자는 건강 비전을 포함하여 질병에 대한 의미와 삶에 대한 목적, 그리고 자아 이미지(Self-Image)의 개선 및 즐거움과 행복감 등을 다시 경험하게 된다. 그리고, 무엇보다 건강하게 살아가는 길과 답을 찾고 또한 건강을 포함해서 삶에 대한 지혜와 생활 능력까지 키우며 성장시켜준다.

우리 모두는 생명체를 통해 존재하며 살아가는 인생이다. 불완전한 우리 인생들에게, 언제 어떻게 찾아올지 모르는 질병들이 삶의 발목을 잡지 않는다고 장담할 수 없다. 우리 생명체의 상태나 능력 및 활동은 웰니스-일니스 연속선상에서 하루에도 몇 차례 오르락내리락 할 수 있는 상대성,

의존성에 놓여 있다. 그런만큼, 가능한 웰니스를 최대화하며 동시에 일니스(Illness)를 최소화하거나 피하며 살아가도록 해야 한다. 그 과정에 건강하며 긍정적인 생활습관이 기초이자 핵심 길잡이가 되어준다. 웰니스-중심의 전인적인 건강 생활습관을 통하여 질병과 장애 그리고 조기사망으로부터 자유로울뿐만 아니라, 동시에 마음과 몸, 행동과 관계 및 에이징을 더욱 건강하고 안녕하도록 도와주는 생활습관 의혁!! 당신의 100세 시대에 근거기반의 믿음직한 동행자 및 삶의 지혜가 되어 줄 것이다. 더불어, 당신의 생명체의 생명과 존재와 삶에 수많은 축복을 선물해 줄 것이다. 당신이 제공해 주는 긍정적이며 건강한 생활 신호에, 당신의 후성유전체가 그 지혜로운 축복의 문을 열어 주기 위해 항상 기다리고 있다.





01 독의약 소재 실용화 기반연구

독의약 소재는
학술적, 산업적으로
활용 가치가 매우 높은
미래바이오 소재로
약침, 신약, 기능성화장품
등에 활용할 수 있도록
노력하고 있습니다.

추진배경 및 필요성

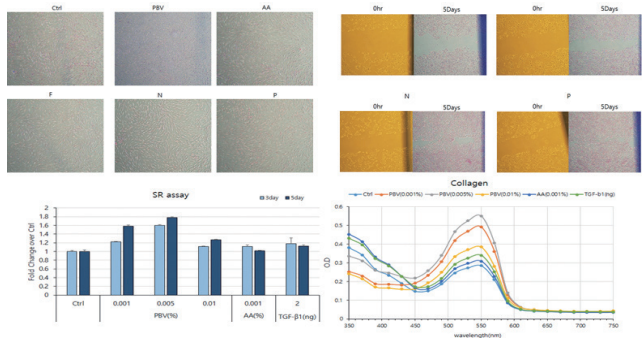
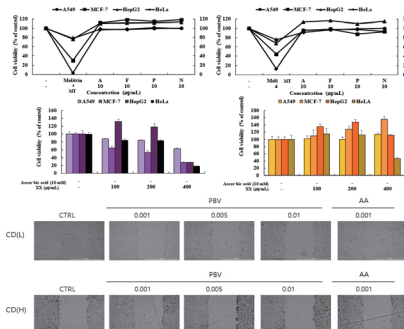
- 제주 특화 독의약 소재(식물성, 동물성, 세균성 등) 등 미래 바이오 의약, 기능성화장품 등에 활용 가능한 원천기술 확보
- 제주 독의약소재 정제 및 효능검증을 통한 고부가가치 미래 바이오 산업화 기반 마련

연구내용

- 확보된 제주산 독소재에서의 지표성분 설정 및 원료표준화 확립
- 독의약 소재의 항암효과 및 유효성(항염증, 항섬유화 등) 검증
- 인간 피부 유래 세포들에서의 독의약소재에 대한 효과검증
- 정제봉독유래 펩타이드들을 이용한 in vitro 효능테스트를 기반으로 한 화장품 소재 발굴

성과 및 향후계획

- 독의약 소재를 이용한 AI 기반 약효탐색 및 활용 가능한 단백질 후보 리스트 70종 발굴
- 독의약 소재의 in vitro 조건(간암, 폐암, 자궁경부암, 유방암)에 대한 세포 사멸 효과검증
- 제주 정제봉독유래 펩타이드들의 피부 유래 세포 내에서의 콜라겐 생성, 세포증식 및 이동증진 효능검증
- 제주 독의약 소재에서의 지표성분 분리 및 정제연구 진행
- 실용화를 위한 동물수준의 독성 및 효능검증 연구추진



[독의약 소재의 암세포에 대한 세포 사멸 효과] [피부유래세포내의 콜라겐 생성, 세포증식 및 이동증진 효능]



02 제주 한의약자원 활용 항노화 바이오헬스 소재 개발

한의 임상을 근거로 한
항노화 바이오헬스
복합소재 발굴

도내 항노화 기업을
대상으로
기능성 평가 지원을
하고 있습니다.

추진배경 및 필요성

- 건강 수명 증가로 인해 빠른 속도로 고령화가 진행 중이며, 노화 관련 질환 유병률 증가 등 효율적인 노화 관리 및 대응 방안 마련이 필요
- 삶의 질이 높아지면서 효율적인 노화 관리 방안으로 천연(한의학) 소재에 관한 관심이 증가하고 있으며, 제주 한의학 자원을 적극 활용한 항노화 바이오 기능성 소재 개발이 필요

연구내용

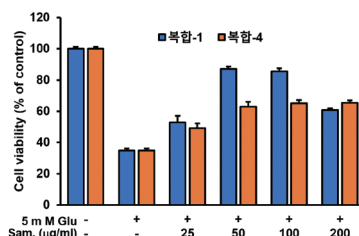
- 한의 임상 근거 한의 복합소재 확보 및 기능성 검증
- 제주 한의학 복합소재의 '인지능력 개선' 기능성 평가
- 세포주 기반 항노화 기능성 평가 기술 지원 기반 확립

성과 및 향후계획

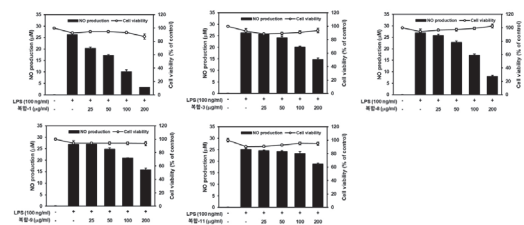
- 한의 임상 정보를 기반으로 한 제주 한의학 자원 활용 복합소재 11종 확보 및 신경세포 보호 등 효능 탐색
- 신경보호 우수 소재(2종) 및 항염증 효능 소재(5종) 확보
- 복합소재 원료 표준화 및 인지능력 개선 전임상 효능평가
- 세포주 기반 항노화 기능성 평가 기술 지원 기반 확보



[복합소재 선정 자문회의]



[신경보호 소재 스크리닝]



[항염증 소재 스크리닝]

03 한방가공법 활용 기능성 증대 소재 개발 및 안전성 확보 연구

전통한의가공법 적용
기능성 증대
원천기술을 통해
농가소득 향상과
지역 연관 산업의
동반성장을
도모하고자 합니다.

추진배경 및 필요성

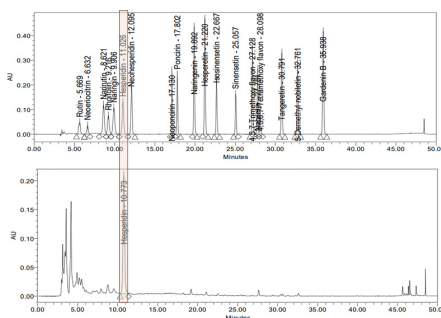
- 기능성 증대 청피의 기능성·지표성분 분석 연구와 감귤 잎 추출물의 원료 표준화 및 효능검증 연구를 통한 제주지역 굴피 산업의 부가소득 향상 및 산업화 가능성 제시

연구내용

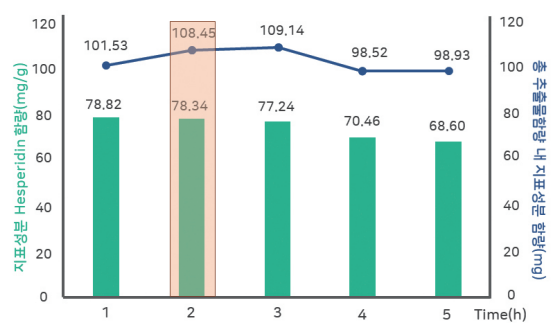
- 한방가공법 적용 기능성 증대 감귤소재의 기능성·지표성분 동정 및 효능평가
- 한방가공법 적용 기능성 증대 청피 추출물의 혈행 개선 효능평가 연구
- 건강기능식품 개발을 위한 감귤 잎 추출물의 원료표준화 확립 및 효능 평가

성과 및 향후계획

- 한방가공법 적용 감귤 원물 플라보노이드 18종의 정성 및 정량 분석 완료
 - 한방가공법 적용 기능성 증대 청피 추출물의 혈행 개선 효능평가 연구 진행
 - 감귤 부산물의 지표성분(Hesperidin) 설정 및 원료표준화 최적화조건 확립
 - 한방가공법 적용 기능성 증대 추출물의 기능성·지표성분 동정 및 효능 검증
- 을 통한 건강기능식품 개발 산업화 기반 마련 추진



감귤잎 추출물의 지표성분 설정 연구



감귤 잎 소재의 추출시간별 원료표준화 공정 연구

[한방가공법 적용 감귤 잎 추출물의 지표성분 설정 및 원료표준화 확립]



04 한의 공공의료 서비스 사업

- 월경곤란증 한의진료

도민 건강증진을 위한
한의 공공의료
서비스 제공

제주에 특화된
한의공공의료 사업을
발굴하고 지속적인
발전 방안을 마련하기 위해
노력하고 있습니다.

추진배경 및 필요성

- 월경전 증후군은 가임기 여성의 80~90% 정도가 경험하는 것으로 보고되고 있으나 한의 진료/처방에 의한 개선 및 지원이 부족한 실정
- 월경곤란증으로 고통을 호소하는 환자를 한의 진료 및 처방을 이용한 지속적인 관리가 삶의 질 향상에 도움이 될 것으로 판단됨
- 제주 한의약 산업 저변확대에 도움이 되는 공공의료 사업의 확대 필요성 증대

연구내용

- 월경곤란증 한의약 공공의료 건강증진 프로그램 운영
- 월경곤란증 개선을 위한 청소년/성인 여성 대상 건강상담 및 한의 진료 서비스 지원
- 한의공공의료 사업 발전을 위한 임상연구회 운영

성과 및 향후계획

- 제주 청소년 및 성인 여성 대상 월경곤란증 한의 진료 대상자 모집 및 선정
- 한의공공의료 서비스 지원 사업 홍보 강화를 위한 리플렛 제작
- 월경곤란증 한의 건강상담 및 한의 진료 처방
- 한약 복용 전후 월경곤란증 개선 정도 및 사업 만족도 평가
- 한의임상연구회 및 세미나 개최를 통한 한의 공공의료 서비스 개선 방안 도출



[한의임상연구회 개최]



[리플렛 제작을 통한 한의공공의료 홍보 강화]



송민호 제주한의학연구원장, ‘NO EXIT’ 캠페인 동참

송민호 제주한의학연구원장은 9일 도내 마약범죄 중독 위험성을 알리기 위해 추진하는 ‘NO EXIT’ 릴레이 캠페인에 동참했다.

이번 캠페인은 마약 중독의 위험성과 경각심을 알리고 마약을 예방하기 위한 사회적 분위기 확산을 목적으로 경찰청과 식품의약품안전처·한국마약퇴치운동본부가 공동으로 주관해 진행되고 있다.

송민호 원장은 “제주의 마약류 사범은 2022년 124명으로, 2021년 대비 1.8배로 급속하게 증가했다”며 “이번 캠페인이 마약에 대한 국민의 경각심을 고취시키고 마약 근절이라는 범도민적 예방운동으로 확산되길 기원한다”고 전했다.

송 원장은 이정한 원광대학교 한방병원장의 지목을



받아 이번 릴레이에 참여했으며, 이어 가족 구성원 모두와 지역산업이 마약에 대한 경각심을 가졌으면 좋겠다는 의미로 문순덕 제주여성가족연구원장과 이남호 산학융합원 원장을 지목했다.

© 제주의 소리, 2023. 6. 9.

제주한의학연구원, ‘제주해녀 헬스케어 실증사업’ 진행

제주도가 초고령화 사회에 진입하면서 조업사고 및 건강문제 등으로 유네스코 인류무형문화유산인 제주해녀 감소현상이 매년 가속화되고 있다.

이에 (재)제주한의학연구원(원장 송민호·이하 연구원)은 제주도해녀문화유산과와 함께 지난해부터 제주도정의 ‘제주형 생애주기별 돌봄정책’과 연계해 뉴노멀 시대를 대비하기 위한 ‘제주해녀 헬스케어 실증사업’을 추진했다.

이번 사업은 (주)에이치디엠테크의 협력으로 제주해녀 전용 앱과 GPS기능이 탑재된 스마트워치를 활용, 맥박 수(심박동수)·산소포화도 등 건강에 대한 정보를 실시간 모니터링해 원격 대응함으로써 조업 중 발생할 수 있는 건강문제와 사고를 사전에 차단해 제주해녀 공동체 문화를 지속하는데 목적을 두고 있다.

또한 연구원은 이번 사업을 통해 제주해녀 개인별 유전체 분석을 지원해 개인 맞춤형 노인성 질환 군 관리와 한의진료를 통한 건강관리를 동시에 지원하고 있다.



송민호 원장은 “전통적으로 한의학은 진맥을 통해 환자들의 건강상태를 확인해 왔으며 뉴노멀 시대를 대비하기 위해서는 다양한 건강정보 데이터 구축과 활용방안이 필요하다”며 “향후 이러한 데이터 활용이 해녀의 생명을 지탱해 왔던 ‘데웍’과 같은 역할을 대체해 제주해녀 문화가 지속되길 희망한다”고 밝혔다.

© 한의신문, 2023. 5. 10.



동신대-제주한의학연구원 학술·교류 업무협약 체결



동신대학교 한의과대학(학장 김정상)·선도연구센터(센터장 이미현)는 지난 2일 (재)제주한의학연구원과 '제주 한의학 자원 공동연구 개발을 위한 학술·연구 교류 업무협약(MOU)'을 체결했다.

이번 협약에 따라 이들 기관들은 △제주 한의학 자원을 활용한 마이크로바이옴 기반 연구 △국가연구개발사업

공동과제 발굴과 협력 △연구정보, 인력과 장비 활용 교류 강화 △전문인력 양성과 일자리 창출 확대 등에 적극 협력하기로 했다.

협약 체결 후에는 △국산 한약재의 우수기준 문헌고찰 연구 △상한론 계지가대항당의 신경 보호 효능 △금은화(金銀花)가 췌장염에 미치는 영향 △비위(脾胃) 불균형 조절 기반 장-뇌축(Gut-Brain) 시스템 제어연구센터 소개 등을 주제로 학술·연구 세미나를 진행했다.

김정상 학장은 “한의학 자원을 활용한 연구개발 및 전문인력 양성을 통해 한의과학기술 발전에 공동으로 기여할 것”이라고 말했으며, 이미현 센터장은 “한의학 자원을 활용한 마이크로바이옴 기반 공동연구를 통해 지속 가능한 국가연구개발 협력체계를 구축할 것으로 기대된다”고 밝혔다.

© 한의신문, 2023. 6. 9.

한의학 자원 활용한 공동연구 '시동'



(재)제주한의학연구원(원장 송민호)은 (주)건풍바이오(대표 오천금)와 19일 제주 한의학 자원을 활용한 기능성 소재 개발에 대한 기술협력 업무협약을 체결했다.

양 기관은 이번 협약을 통해 △한의학자원의 미래가치 발굴을 위한 상호협력 체계 구축 △대사질환 기능성 소재 공동개발 및 상용화 △국가연구개발사업 공동과제 발굴 및 협력 △지역일자리 창출 및 고용확대 △기타 상호 필요하다고 협의된 사항 등에 대해 적극 협력하기로 했다.

송민호 원장은 “도내 향토기업 및 공공기관과의 공동 연구는 한의학 자원의 가치 향상과 더불어 지역상생을 통한 경제 활성화에 크게 기여할 수 있을 것으로 기대된다”고 말했다.

오천금 대표는 “한의학은 소비자들에게 매우 매력적이고 신뢰를 주는 자원으로 양 기관의 기술협력을 통해 경쟁력 있는 제품이 개발되길 바란다”고 밝혔다.

© 한의신문, 2023. 4. 19.



제주한의학연구원-충북대, 반려동물 위한 ‘한의학 자원’ 상용화 MOU

재단법인 제주한의학연구원(원장 송민호)은 14일 충북대학교 수의과대학(학장 현상환)과 한의학 자원을 활용한 반려동물-기능성 식의약품 소재 개발 연구 업무협약을 체결했다고 밝혔다.

이번 협력을 통해 두 기관은 △한의학 및 반려동물 산업 산학연 협력체계 강화 △국가연구개발사업 공동과제 발굴 및 협력 △연구 정보, 인력 및 장비활용 교류 강화 △연구 전문 인력양성 및 일자리 창출 확대 등을 적극 협력기로 했다.

제주한의학연구원은 제주 한의학 자원의 기능성을 규명하고 실용화하는 등 기술을 보유하고 있으며, 동물용 의약품 비 임상 시험기관인 충북대 수의과대학은 실험동물 연구지원 센터를 운영 중이다.

이에 두 기관은 업무협약을 통해 한의학 자원을 활용한

반려동물 건강 소재 및 의약품 관련 상용화 제품이 더 늘어날 것으로 기대하고 있다.

현상환 학장은 “이번 협약을 통해 한의학 자원의 체계적인 유효성 검증과 혁신적인 연구성과가 도출될 수 있길 기대한다”고 말했다.

송민호 원장은 “두 기관이 우수한 연구인프라 및 기술 자산을 기반으로 급속하게 성장하는 반려동물 시장에 한의학 자원의 활용 가치를 높이는 데 큰 도움이 될 것으로 기대한다”고 밝혔다.



© 제주소리, 2023. 4. 14.

한의학연구원-라산그룹, 제주산 한의학 활용한 식음료 출시 협약

“제주 한의학자원 활용 관련산업 활성화 시너지 기대”

‘재단법인 제주한의학연구원(원장 송민호)’과 ‘주식회사 라산그룹(대표 이종익)’은 제주 한의학자원의 가치 향상 및 지역경제 활성화를 위한 업무협약을 체결했다.

이에 양 기관은 이번 협약을 통해 제주 한의학자원을 활용 △ 공동 연구과제 발굴 및 추진 △ 제품 개발 △ 개발 제품 판매 촉진을 위한 마케팅 및 유통채널 확대 △ 청년 일자리 창출 및 지역사회 공헌 등을 위해 유기적인 협력 체계를 구축하고 한의학 관련 산업의 활성화와 지역사회 공헌을 위해 상호 협력하기로 했다.

이번 협약으로 제주 한의학자원을 활용한 원천기술 및 실용화 연구 등으로 지속적인 고부가가치 제품화 기술을 연구하고 있는 제주한의학연구원과 국내·외는 물론 해외 유통·판매망을 보유하고 있는 제주 향토기업인 라산그룹 간의 사업화를 위한 전략적 협력관계를 이어나감으로써 제주 한의학자원의 가치 확산 및 지역 한의학 산업 활성화에 시너지 효과를 나타낼 수 있을 것으로 보인다.

또한, 양 기관은 협력을 통해 도내 청년들의 일할 기회를

적극적으로 제공하고 지역사회 환원을 통해 지역사회 상생발전에 이바지하는데 뜻을 같이 하였다.

(주)라산그룹 이종익 대표는 “작년에 시작된 제주 1차 산업 살리기 프로젝트가 제주한의학연구원과의 MOU를 통해 새로운 국면을 맞이할 것으로 기대 하며, 소비자 트렌드에 발맞춰 제주 한의학 소재의 우수성을 알리는 제품과 브랜드를 선보이겠다.”라고 밝혔다.

제주한의학연구원 송민호 원장은 “(주)라산그룹이 보유하고 있는 전국적인 유통망을 적극적으로 활용하여 제주 한의학자원을 이용해 개발한 제품이 활발히 유통·판매되기를 기대하며, 제주 한의학자원을 활용해 더욱 다양한 식·의약품 소재를 발굴을 통해 제주 한의학 자원의 가치를 높이는데 최선을 다하겠다”는 포부를 밝혔다.



© 제주일보, 2023. 2. 16.



제주한의학연구원-장흥통합의료병원 MOU



(재)제주한의학연구원(원장 송민호·이하 제한연)은 지난 3일 원광대학교 장흥통합의료병원(병원장 이정환)과 '상호교류 및 공동협력체계 구축을 통한 건강복지 향상' 업무협약을 체결했다.

제한연은 제주 한의학 자원을 활용 및 한의 공공의료 서비스를 통해 도민건강 증진사업 등을 진행하는 한의학 연구 전문기관이며, 원광대학교 장흥통합의료병원은 한의

통합의료를 통해 한의 진료의 미래비전을 선도하는 기관이다.

양 기관은 이번 협약을 통해 △한의학산업 육성 및 발전에 관한 공동연구 △양 기관 인프라 활용을 위한 지원 △임직원 건강 증진을 위한 정보 및 교육활동 △양 기관의 성과 홍보 확산 등에 적극 협력할 예정이다.

이정환 병원장은 "이번 업무협약은 양 기관이 우수한 한의학 인프라와 전문지식을 통해 서로 상생하고 성장하는데 큰 효과를 발휘할 것"이라고 말했다.

이에 송민호 원장은 "한의학산업은 다양한 기술과 서비스가 통합된 형태로 성장하고 있기 때문에 이번 협약을 진행하게 됐다"며 "이번 협약으로 한의학 자원 발굴 및 통합의료 발전에 강한 시너지 효과를 창출하길 바란다"고 강조했다.

© 제주매일, 2023. 2. 6.

제주한의학연구원, 제이앤제이바이오헬스케어와 업무협약



(재)제주한의학연구원(원장 송민호)과 (주)제이앤제이바이오헬스케어(대표 이민재)는 지난 12일 제주산 한의학 소재의 산업화 공동연구를 위한 업무협약 및 개발한 특허 기술에 대한 이전 계약을 체결했다.

이날 업무협약은 '굴피 추출물의 간기능 개선' 관련 기술 이전을 위해 추진됐으며, 해당 기술은 제주 한의학 소재인 굴피에 한의학 전통 법제방식을 적용해 개발한 기능성 증대 간기능 개선 조성물에 관한 것으로 지난해 특허출원을 완료한 바 있다.

제주한의학연구원은 굴피산업의 시장경쟁력 강화를 위해 도내 농가 및 기업들과의 협력을 통해 원료수급과 탈피 공정, 표준화 공정에 이르기까지 굴피의 안정적인 공급망을 구축하고, 원료의 품질 관리뿐 아니라 기능성 소재에 대한 산업화 연구를 병행해 이번 계약을 성사시켰다.

특히 제주산 한의학 소재만을 사용하는 것이 기술이전 계약 조건으로, 향후 제주지역 굴피 생산 농가의 소득 증대를 기대할 수 있어 제주 굴피 산업 발전이 기대되고 있다.

이민재 대표는 "코로나와 고령화 등과 같은 사회적 이슈로 인해 개인건강 관리를 위한 소비시장이 크게 성장하고 있다"며 "이번에 이전받은 기술을 활용해 고부가가치 제품을 생산, 판매할 계획"이라고 말했다.

이에 송민호 원장은 "앞으로 제주한의학연구원에서는 진피 이외에도 다양한 제주 한의학 소재가 식의약품 원료 등으로 활용될 수 있도록 최선을 다할 것"이라며 "제주산 한약재의 기능성 규명과 고부가가치 상용화를 위해서도 더욱 노력하겠다"고 강조했다.

© 한의신문, 2023. 1. 16.



한의학적으로 본 ‘탕후루’ 건강에는 어떨까?

엔데믹 후 친구, 연인, 가족들과 함께 멋진 공연을 관람하거나 아름다운 풍경을 감상하며 여름을 즐기는 사람들이 많아지고 있다. 특히 눈과 귀를 즐겁게 해주는 행사 외에도 변화의 길거리 노점과 푸드트럭의 다양한 간식거리는 또 다른 재미를 안겨준다. 그 중 ‘탕후루’는 MZ세대들의 핫한 간식으로 화려하고 매끈한 색감과 바삭한 식감을 뽐내며 많은 사람들을 줄 서게 한다.

‘빙탕후루(冰糖葫芦)’라고도 불리는 탕후루는 산사나무 열매를 막대에 꽃아 시럽처럼 끓인 설탕을 입힌 중국의 전통 간식에서 유래했다. 중국 화북 지역을 대표하는 겨울 간식이었지만, 이젠 중국 전역뿐만 아니라 한국에서도 젊은층을 중심으로 사시사철 큰 사랑을 받고 있다.

최근에는 딸기, 토마토, 청포도, 굴 등 재료로 사용되는 과일도 다양해졌다. 만드는 법도 간단해 집에서 간식으로 만들어 먹기도 하지만 전문 프랜차이즈 업체도 등장해 소비자들이 더욱 위생적이고 편리하게 접할 수 있게 됐다. 여기에 연예인들과 유튜버들의 관심까지 꾸준히 이어지며 젊은 세대들의 대표적인 간식으로 자리매김하고 있다.

겉은 바삭하지만 속은 촉촉하고

달콤한 탕후루. 하지만 두꺼운 설탕 시럽을 입은 형형색색의 탕후루는 건강에 안좋다는 인식이 강하다. 그렇다면 실제로는 어떠한 건강학적 장단점이 있을까?

한의학서인 ‘본초강목’에 따르면 탕후루에 사용되는 대표적인 과일인 딸기는 양기 회복과 신장 및 간장 건강에 도움을 주며 피부와 머릿결에 생기를 불어넣어 준다고 기록돼 있다.

실제로 딸기의 붉은 색을 구성하는 안토시아닌 색소는 항산화 성분이 풍부해 혈행을 원활하게 하고 혈관 건강에 좋다. 또한 비타민C 함유량이 높은 딸기는 피로 개선과 더불어 면역력 강화, 항알레르기 및 노화 예방에 효과적이기도 하다

그리고 최근 높은 인기를 구가하는 탕후루 재료인 토마토는 한의학에선 ‘번가(番茄)’라는 이름으로 불린다. 주로 혈액을 깨끗하게 하고 갈증 해소, 소화 촉진 효능이 있어 식욕 부진 개선에 사용된다. 영양학적으로 토마토의 라이코펜 성분은 뇌졸중, 심근경색, 노화 방지, 혈당 저하 등에 효과가 있다. 식이섬유도 풍부해 다이어트에도 이롭다.

이와 함께 탕후루를 완성하는 설탕은 보통 건강에 안 좋은 성분으로 여겨지지만 정제되지 않은 상태의



설탕은 꿀과 같이 약용으로 사용되기도 했다. 동의보감에서는 ‘사당(沙糖)’이란 이름으로, 성질은 차고 독이 없어 불안, 긴장으로 인해 입이 마르는 증상을 치료한다고 알려져 있다. 실제로 프랑스 보르도대학교 연구팀의 논문에서도 설탕 섭취는 일시적으로 기분을 향상시켜 주고 정신적 만족감을 주는 것으로 보고하기도 하였다.

하지만 탕후루의 과도한 섭취는 혈당을 올리고 내열(內熱)을 증가시켜 비만과 면역력 저하의 원인이 된다. 또한 굳으며 딱딱해지는 설탕의 특성상 잘못 씹으면 금, 은 등 보철물이나 교정기가 빠지기도 하므로 치아 및 턱관절 손상에도 주의를 기울여야 한다.

무더운 여름철 달콤한 설탕과 상큼함이 장점인 탕후루로 소진된 체력과 스트레스를 풀면 어떨까? 단, 과한 섭취에 대한 경계는 필요하다.^{^^}

(한익신문 23.06.22.일자 보도내용 인용)



한의약과 웰니스산업 “예방 중시하는 한의학, 웰니스 산업 발전 위한 필수요소”



김춘곤 대표의원(서울시의회 웰니스 서울 정책 연구 포럼)

제주한의약연구원은 지난해 ‘제1차 한의융합 웰니스 체험전시박람회’를 개최하였고 올해 제2회 행사를 준비 중에 있다. 이러한 측면에서 대한한의사협회에서 추진하고 있는 유사한 사업내용을 안내하고자 한다.

대한한의사협회는 지난 6월 9일 서울특별시의회 ‘웰니스 서울 정책 연구 포럼’과 ‘웰니스 산업 현장 방문 및 간담회’를 진행했고 포럼의 대표의원을 맡고 있는 김춘곤 의원으로부터 포럼 결성 계기, 한의학이 웰니스

산업에 기여할 수 있는 방안 등에 대해 인터뷰 내용을 한의 신문에 아래와 같이 기재하였다.

Q. ‘웰니스 서울 정책 연구 포럼’이란?

서울시의회는 2월 ‘웰니스 서울 정책 연구 포럼’을 구성해 산업체·학계·행정기관의 웰니스 전문가들과 함께 세미나 및 토론회 등 다양한 연구활동을 추진하고 있으며, 지난 달에는 NGUYEN VU TUNG 주한 베트남

대사를 만나 양국 간의 웰니스 산업 활성화에 대해 논의했다. 또한 서울시민의 예방적 건강 관리와 웰니스 산업 진흥을 위한 ‘서울 웰니스 산업 활성화를 위한 정책 토론회’도 개최한 바 있다.

특히 9일에는 강서구에 소재한 △대한한의사협회 △허준박물관 △서울식물원 △이대서울병원 등을 방문해 간담회를 진행했으며, 후반기에는 △연구용역 추진 △전문가 초청 세미나 △시장과의 간담회 △2차 현장 방문 정책 간담회 등 다양한 활동을 계획하고 있으며, 이를 통해 서울시민의 예방적 건강 관리와 웰니스 산업 진흥을 위한 효율적인 정책과 조례를 개발하기 위해 정진할 예정이다.

Q. 웰니스란 무엇이며, 포럼을 결성하게 된 계기는?

웰니스는 신체·정신·사회적 건강이 조화된 이상적인 상태를 말하며, 웰니스 산업은 질병 예방 및 건강한 삶을 유지하기 위해 ICT와 BT 기술을 활용한 제품과 서비스를 제공하는 부

가가치가 높은 산업이라고 생각한다.

현재 문화체육관광부, 보건복지부, 농림축산식품부, 해양수산부 등 각 부처에서 웰니스 산업 육성을 위한 사업을 진행 중에 있으며, 정부 또한 6차 산업 활성화 정책을 통해 웰니스 산업의 육성 의지를 밝히고 있다.

‘웰니스 서울 정책 연구 포럼’은 전 세계에서 웰니스 산업의 중요성이 증대하면서 한국이 웰니스 산업의 선두 주자로 나아가기 위해 필요한 연구·개발지원 정책이 필요하다는 판단에 따라 결성하게 됐으며, △웰니스 산업의 발전을 위한 서울시의 역할 탐색 △서울 중심의 웰니스 산업 육성 △서울시민의 예방적 건강관리를 위한 정책의 통합 △지원 정책·조례 개발 등을 진행할 예정이다.

Q. 한의계가 기여할 수 있는 방안은?

한의학은 예방을 중시하는 사상과

함께 건강한 삶을 위한 방법을 제시하고 있어 웰니스 산업과 큰 연관성을 가지고 있으며, 웰니스 산업을 위한 다양한 방안을 제시할 수 있다고 생각한다.

우선 한의학을 활용한 웰니스 프로그램 개발을 제시할 수 있다. 한의학 전문가와 함께 건강한 삶을 위한 프로그램을 개발해 웰니스 산업에 기여할 수 있다. 예를 들어 △한의학을 활용한 건강한 식습관 교육 △몸과 마음을 동시에 챙길 수 있는 요가 및 태권도 프로그램 등이 있다.

두 번째로 한의학과 바이오 헬스 기술의 융합이다. 이 두 가지 개념을 융합해 새로운 제품 및 서비스를 개발할 수 있을 것이며, 건강진단 서비스 등을 예로 들 수 있다.

세 번째로 한의학을 활용한 웰니스 관광 콘텐츠를 개발해 관광객들이 건강한 삶을 즐길 수 있도록 돕는 것이 가능할 것이다. △한방 스파 △체험형

한의원 △한의 요리 체험 등과 같이 말이다.

마지막으로 한의학과 정보 기술의 융합이 있다. 건강한 삶을 유지하고 예방에 기여할 수 있는 △모바일 앱·웹사이트 △건강 모니터링 장비 등을 개발할 수 있다고 생각한다.고 전했다.

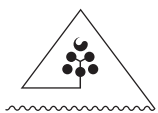
이처럼 한의학과 웰니스산업과 다양한 측면에서 융합적·발전적 요소들이 매우 풍부하다. 특히, 제주는 천혜 자연환경과 관광 인프라가 우수한 지역으로 소비자 니즈와 만족도가 매우 높아 한의 웰니스산업을 육성할 수 있는 최적의 장소로 각광받고 있다. 이에 제주한의학연구원은 앞으로 계획 중인 ‘한의융합 웰니스 체험전 시박람회’에 대하여 다양한 한의사협회와의 협업을 통해 보다 미래지향적이며 발전적인 행사로 거듭날 수 있기를 희망한다.

(한익신문 23.06.22.일자 보도내용)



제주 한의학 미래가치 창조 !

한의학산업 육성, 한의복지 실현
제주한의학연구원이 만들어갑니다.



제주한의학연구원
JEJU INSTITUTE OF KOREAN MEDICINE

63309 제주특별자치도 제주시 첨단로 213-3, 220호
TEL 064-702-1224 FAX 064-753-8903