

# 질병치료와 공공의료에 활용된 조선시대 목욕요법 연구

구현희, 오준호\*

## 목 차

- |                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| 1. 머리말                | (3) 목욕치법의 부작용         |
| 2. 질병치료의 방법, 조선의 목욕요법 | 3. 공공의료의 방편, 조선의 목욕시책 |
| (1) 질병의 예방            | 4. 맺음말                |
| (2) 질병의 치료            |                       |

## 국 문 초 록

본 연구는 조선사회에서 '목욕요법'이 의학적으로 어떻게 사용되고 인식되었는지를 조선왕조실록과 조선시대 통행 의서를 중심으로 고찰한 결과이다. 오늘날과는 달리 당시에는 목욕이 질병 치료를 위한 적극적인 방법의 하나로 인식되었으며, 이에 대한 많은 사료들이 남아 있다.

조사 결과 당시 목욕은 질병의 예방, 치료에 사용되었으며 일반적인 질병 치료 방법과 같이 부작용에 대한 인식도 갖추어져 있었다. 아울러 국가 차원에서 백성들의 질병치료를 위해 목욕을 공공의료의 한 방법으로 활용하였다는 사실도 함께 확인할 수 있었다.

우선, 목욕이 질병 예방의 방법으로 적극적으로 활용된 대표적인 예는 갓난아기의 목욕으로 피부질환 및 경기를 예방하는 것이 대표적이었다. 현존하는 가장 최초의 처방기록인 『五十二病方』에도 약재를 푼 물에 아이를

\* 한국한의학연구원 문헌연구그룹/ 042-868-9317 / Junho@kiom.re.kr

씻겨 부스럼을 예방하는 방법이 실려 있다.

목욕이 의료 행위로서 가장 활발하게 사용된 부분은 역시 질병 치료였다. 그 중 조선왕실에서 많이 활용하였던 질병은 피부질환, 안질, 四肢의 통증과 마비〔風痺〕, 전염성 질환 등이었다. 한편, 목욕을 시절과 기후, 병의 증세에 적절하게 하지 않아 치료의 부작용을 가져오는 경우를 몇 가지 기사를 통해 확인할 수 있었다.

본고에서 초점을 두었던 목욕에 대한 주요한 한 가지 관점은 국가가 피배층의 건강 증진을 위해 목욕을 활용했다는 점이다. 이는 목욕이 당시 공공의료의 한 측면을 담당하고 있었음을 시사하는 대목이다.

이상의 논의를 통해 목욕이 왕 자신의 질병뿐만 아니라 백성들의 질병을 국가적인 차원에서 담보하기 위한 공공의료의 수단으로 활용되었음을 알 수 있었다. 이는 목욕이 조선시대에 중요한 치료 수단일 뿐만 아니라 통치 수단의 하나로 사용되기도 하였음을 의미한다.

주제어: 목욕요법, 전통의학, 한의학, 공공의료

## 1. 머리말

물에 몸을 담근다는 것은 인간에게 본능에 가까운 행위이다. 물로 몸을 닦는 것은 몸을 깨끗하게 한다는 생활 속 의미에서부터 더러운 기운이나 죄악을 씻어 낸다는 祭儀로서의 의미에 이르기까지 다양한 스펙트럼을 포함한다. 일상생활을 영위하기 위한 빨래에서부터 종교적인 의식이 한 공간에서 이루어지는 인도의 갠지스강은 그 단적인 예이다.

오늘날 목욕은 집에서 쉽게 할 수 있는 일이 되었지만, 얼마 전까지만 해도 목욕을 위해 특화된 장소인 공중목욕탕이 성행하였다. 조선시대로 올라가면 가옥 구조상으로 목욕탕이 따로 없었을 뿐만 아니라 옷을 벗고 맨 몸을 드러내는 것이 유교 윤리에 어긋난다고 인식되었기 때문에 전신욕이 아니라 부분욕이 행해졌다. 따라서 몸을 씻고자 할 때에는 왕실에서도 漆函에다 더운 물을 붓고 작은 대야를 받쳐 들일 정도로 목욕은 쉬운 일이 아니었다.<sup>1)</sup>

1) 조효순, 「우리나라 沐浴의 풍속사적 研究」, 『한국복식학회지』 제16집, 70~71쪽.

특히 전신욕의 경우 많은 노동력과 사회적 금기 속에서 이루어졌기 때문에 오늘날보다 더 구체적이고 적극적인 목적 아래 이루어졌다. 조선 사회에서 전신욕을 행하는 것은 세시 풍속이나 제한된 계층의 미용수단 이외에는 치료 목적을 위한 것이었다.<sup>2)</sup> 따라서 목욕은 왕실 및 조선 사회에서 행해졌던 중요한 치료 방법 가운데 하나였다고 할 수 있다. 이는 조선왕조실록에 적지 않게 실려 있는 목욕에 대한 기록들이 대부분 질병 치료와 관계 있다는 점에서 더욱 분명해 진다. 당시의 목욕이 오늘날과 비교하였을 때 매우 희소한 것이기 때문에 이런 기록들은 단순한 시도라기보다는 매우 적극적인 치료 의지가 담겨져 있는 행위로 보아야 한다.

치료 행위로서 목욕이 중요하게 여겨진 것은 그 대중성 때문일 것이다. 사회적으로 목욕을 마음껏 할 수 있는 것은 아니었지만 목욕이라는 행위 자체는 매우 단순한 것이다. 누군가 구체적으로 가르치고 교육하지 않아도 누구나 할 수 있는 일이기 때문이다. 게다가 여건이 허락한다면 많은 이들이 동시에 할 수도 있다는 특성도 가지고 있다. 뒤에 살펴보겠지만 조선에서 목욕 치료는 오늘날 공공의료의 개념처럼 국가가 피지배층의 건강을 증진시키기 위한 방법으로 사용되기도 하였다.

그간 이에 대한 연구들은 일찍부터 많은 연구자들이 관심을 보여 왔으나 주로 溫泉이라는 장소와 溫幸이라는 역사적 사건에 초점이 맞춰져 있었다. 이른 시기의 연구로는 三木榮과 김두종의 연구를 들 수 있다. 이들은 한국의 의학사를 기술하면서 조선시대 온천, 목욕, 한증 등에 대해 정리하였다.<sup>3)</sup> 이들의 연구는 의료로서 온천과 목욕에 대한 관심을 촉발하였다는 점에서 선구적이다. 다음으로 1975년 이승녕<sup>4)</sup>의 것을 들 수 있는데, 세종의 온천과 냉천의 요양을 중심으로 논의하였다. 2003년 이왕무<sup>5)</sup>는 溫幸騰錄

2) 조효순, 앞의 논문, 1991, 71~73쪽.

3) 三木榮, 『(補註)朝鮮醫學史及疾病史』(思文閣出版, 1991), 139-143쪽.

김두종, 『韓國醫學史(全)』(탐구당, 1981), 239~247쪽.

4) 이승녕, 「세종의 전지요양에 대하여 -특히 온천과 냉천의 요양을 중심으로-, 『어문연구』 제3집 1호, 11~34쪽.

5) 이왕무, 「조선후기 국왕의 溫幸 연구 -온행등록을 중심으로-, 『장서각』 제9집, 45~77쪽.

을 중심으로 조선후기 국왕의 온행을 연구하였고, 한동안 연구가 진행되지 않다가 2011년 최근 김일환<sup>6)</sup>이 조선시대 온양 행궁의 건립과 변천과정에 대해 연구하여 국왕의 온천행궁의 구체적인 사례를 분석하여 주었다. 2001년 김훈<sup>7)</sup>의 연구는 왕들의 온행을 전통의학의 시각에서 분석하여 본 연구의 단초를 마련해주었다. 그는 조선시대 왕들의 온천 행행 횟수와 날짜를 연대순으로 정리하고 온천욕을 했던 왕들의 질병사를 연구하였다.

하지만 이상의 연구들은 온천이라는 장소에 시각을 고정하고 있어 목욕과 관련된 당시의 의료 정황이나 목욕 치료에 대한 당시의 인식을 드러내지는 못하였다. 또 온천에서 이루어진 목욕의 의학적 목적에 주목하면서도 조선시대 의서에서 온천이나 목욕을 어떻게 다루고 있는지에 대해서는 충분히 검토하지 못하였다는 한계를 지닌다.

본고에서는 선행연구결과를 바탕으로 치료로서의 ‘목욕’이 조선 사회에서 어떻게 활용되었고 인식되었는지 살펴보고, 전통의학의 관점에서 어떤 의미를 가지는지 다루어 보고자 한다. 이를 위해 조선왕조실록의 사료와 조선시대에 통용되었던 의서<sup>8)</sup>의 내용을 검토하였다.

## 2. 질병치료의 방법, 조선의 목욕요법

조선왕조실록의 기록에는 치료 목적으로 목욕을 행한 구체적인 기록이 다수 등장한다. 온천에 行幸하여 목욕하는 방법뿐만 아니라 冷泉을 이용한 기록도 적지 않다.<sup>9)</sup> 이 외에 약재 달인 물로 목욕을 하는 적극적인 방식도

6) 김일환, 「조선시대 온양 행궁의 건립과 변천과정」, 『순천향 인문과학논총』 제29집, 105~138쪽.

7) 김훈, 「朝鮮時代 임금들의 溫泉浴과 疾病」, 『한국의사학회지』 제14집 1호, 61~78쪽.

8) 연구에 참고한 의서적으로는 『東醫寶鑑』(1613), 『舟村新方』(1687), 『實驗單方』(1709), 『宜彙』(1871), 『醫方合編』(조선 후기), 『丹谷經驗方』(조선 후기), 『壽世秘訣』(1929), 『袖珍經驗神方』(1912) 등이 있다. 『東醫寶鑑』은 조선을 대표하는 관찬의서이며, 나머지 서은 민간에서 집필된 서적들로서 민중의 의학 경험을 수록한 서적들이다.

눈에 띈다.

본 연구의 조사에 따르면, 조선왕조실록에서 등장하는 목욕관련 기사는 내용에 따라 다음과 같이 5가지 정도로 나뉘볼 수 있었다. ①의식이나 의례를 위한 목욕행위, ②장례절차를 위한 염습, ③사직이나 말미를 청하기 위한 피병을 빙자한 목욕수유, ④병에 대한 치료방법, ⑤사치의 수단 등이 그것이다. 이 가운데 치료를 목적으로 하면서 구체적인 병증이 드러나는 경우는 태종(2건), 세종(22건), 문종(3건), 단종(2건), 세조(5건), 성종(1건), 중종(1건), 명종(2건), 선조(4건), 광해군(6건), 인조(1건), 현종(13건), 숙종(7건), 영조(2건)으로 총 71건이었다. 기사별로 상황은 다르게 전개되지만 병의 상태와 증상, 그리고 목욕을 통해 호전이 되었는지 여부가 함께 기록되어 있다.

한국 전통의학에서 목욕이 가지는 의미를 『동의보감』 및 당시 통용되어 쓰이던 경험방 위주 의서의 내용을 근거로 분류해보면 목욕이 ①질병의 예방수단이 된 경우, ②질병치료의 목적인 경우, ③치료의 부작용을 낳은 경우 등 3가지 측면으로 나누어 생각해 볼 수 있다. 본고에서는 조선왕조실록에 나타난 목욕 치료에 대한 기사들을 이러한 순서에 따라 고찰해 보고, 덧붙여 목욕치료가 담고 있는 공공의료 시책으로서의 의미를 조망해 보고자 한다.

## 1) 질병의 예방

의학에서 질병의 예방은 치료 이상의 의미를 가지고 있다. 일단 발병한 질환을 치료하는 것보다 발생하기 전의 질병을 예방하는 것이 쉬울 뿐만 아니라 효율적이다. 한의학의 시초라고 할 수 있는 『黃帝內經』에서 “이미 생긴 질병을 고칠 것이 아니라 아직 생기지 않은 질병을 다스려라.”<sup>10)</sup>라고 한 것은 동아시아 전통의학에서 하나의 강령이 되었다.

목욕이 질병 예방의 방법으로 적극적으로 활용된 대표적인 예로는 갓난

9) 김두중, 『韓國醫學史(全)』(탐구당, 1981), 239~244쪽.

10) “是故聖人不治已病, 治未病; 不治已亂, 治未亂, 此之謂也.”(龍伯堅 編, 『黃帝內經集解』, 42쪽.)

아기의 목욕을 들 수 있다. 갓난아기는 말이 통하지 않아 병을 진단하기도 어려울 뿐만 아니라 약재를 먹이기도 쉽지 않아 한의학에서는 “한 명의 아이를 치료하는 것이 열 명의 부인을 치료하는 것과 같다.”<sup>11)</sup>라고 하였다. 목욕치법은 이런 아기들을 치료하는데 좋은 방편 가운데 하나이다. 갓난아기를 목욕시켜 아이에게 생기기 쉬운 피부질환이나 질병을 예방하고자 한 것이다. 이와 관련하여 『東醫寶鑑』에는 경기를 예방하는 데에 돼지의 쓸개〔豬膽〕, 복숭아 가지, 호랑이의 머리뼈〔虎頭骨〕 달인 물로 목욕시키는 방법이 등장한다.

갓 태어났을 때 목욕시키는 법. 태어난 지 3일째에 아이를 목욕시킬 때 는 虎頭骨 · 복숭아나무 가지 · 豬膽을 금이나 은으로 된 그릇에 넣고 달인 물로 씻으면 경기를 거의 하지 않는다.<sup>12)</sup>

실제로 궁 안에서는 ‘誕生浴’을 통해 장차 성장할 아이의 건강을 기원하였다. 탄생욕은 목욕물 속에 향약제를 넣고 갓난아이를 씻기는 의식으로<sup>13)</sup> 질병을 예방하고 아이의 무병장수를 기원하는 의미가 담겨져 있다.

목욕치법으로 예방하고자 하였던 것은 소아들에게 호발하는 피부질환이었다. 현존하는 가장 최초의 처방기록인 『五十二病方』에도 약재를 푼 물에 아이를 씻겨 부스럼을 예방하는 방법<sup>14)</sup>이 실려 있어 목욕을 통한 예방법인 긴 연원을 가지고 있음을 확인할 수 있다. 또 7세기 중엽에 기록된 『備急千金要方』에는 다음과 같이 갓난아이의 목욕 예방법이 실려 있다.

아이를 목욕 시키는 방법. 돼지 쓸개 하나를 즈내어 넣고 끓인 물에 아이를 목욕 시키면 평생 부스럼을 앓지 않는다. 태어난지 3일 된 아이는 도근

11) “古語曰，寧醫十丈夫，莫醫一婦人，寧醫十婦人，莫醫一小兒。蓋小兒難問證，難察脈，治之尤難故也。”(許浚，『東醫寶鑑』雜病篇卷之十一，1836쪽.)

12) “初生洗浴法，三朝洗兒，用虎頭骨，桃枝，豬膽，金銀器煎湯洗之，則兒少驚。”(許浚，『東醫寶鑑』雜病篇卷之十一，1837쪽.)

13) 조효순, 앞의 논문, 72쪽.

14) 嚴健民, 『五十二病方注補譯』(中醫古籍出版社, 2005), 29쪽.

탕으로 목욕시켜야 한다. 복숭아나무 뿌리, 매화나무뿌리, 오얏나무뿌리 각 2냥을 거칠게 잘라 물 3말에 20번 끓여 찌꺼기를 제거하고 아이를 목욕시키면 좋다. 상서롭지 못한 것을 제거하여 평생 부스럼이 걸리지 않는다.<sup>15)</sup>

『壽世祕訣』이나 『袖珍經驗神方』과 같은 한국 고유의 경험처방집에는 益母草 달인 물로 목욕 시켜 땀줄이 떨어진 부위가 덧나지 않고 피부병이 생겨나지 않도록 예방하는 방법이나 熱毒이나 瘡癩를 없애 질병을 예방하는 내용이 소개되어 있다. 益母草가 피부질환을 치료한다는 사실은 최초의 본초서적이라고 할 수 있는 『神農本草經』에 이미 기록되어 있다. 이 기록에는 익모초의 줄기를 달여 목욕하면 피부질환을 치료할 수 있다고 하였다.<sup>16)</sup>

땀줄이 저절로 떨어진 후 익모초 200g을 달인 물로 목욕시키면 창개가 생기지 않는다.<sup>17)</sup>

갓 태어난 아이를 목욕시키는 법. 익모초 달인 물로 목욕시키면 모든 열독과 창폐를 제거한다.<sup>18)</sup>

또, 목욕은 산후의 발열을 예방하는데에도 쓰였는데, 그 약재로는 지유초근이 쓰였다.

地榆草根을 진하게 달여서 목욕하여 산후의 발열을 예방한다.<sup>19)</sup>

지유초는 성질이 약간 차고, 맛은 쓰고 달고 시며 독이 없어, 부인의 七

15) “浴兒法. 兒者, 以猪膽一枚, 取汁投湯中以浴兒, 終身不患瘡疥. 兒生三日, 宜用桃根湯浴, 桃根、梅根、李根各二兩, 枝亦得, 咀, 以水三鬥煮二十沸, 去滓, 浴兒, 良, 去不祥, 令兒終身無瘡疥.”(孫思邈, 『備急千金要方校釋』 卷五上少小嬰孺方上 初生出腹第二, 89-90쪽.)

16) 李時珍, 『本草綱目』(人民衛生出版社, 1980), 953쪽.

17) “胞絲自落後, 益母草五兩煎湯浴之, 不生瘡疥.”(李昌雨, 『壽世祕訣Ⅱ』, 93쪽.)

18) “初生浴法 益母草, 煎水浴之, 除一切熱毒瘡癩.”(李麟宰, 『袖珍經驗神方Ⅰ』, 108쪽.)

19) “地榆草根濃煎沐浴, 預防產後發熱.”(신만, 안상우 외 역, 『舟村新方』, 180쪽.)

傷과 대하 및 산후에 어혈로 아픈 데 주로 쓴다. 성질이 차기 때문에 아래로 가라앉아 下焦에 들어가 熱痢나 血痢를 치료하고 어혈을 없애는 작용을 해주는데서 열을 발산시키는 목욕재료로 쓴 것이다. 장풍 · 설사 · 이질 · 하혈에 반드시 쓰였으므로, 부인의 산후 질병을 예방하는데 효과적인 목욕법으로도 활용되었던 듯하다.<sup>20)</sup>

## 2) 질병의 치료

목욕이 의료 행위로서 가장 활발하게 사용된 부분은 질병 치료이다. 전통의학에서 목욕치법은 피부 가려움증부터 황달에 이르기까지 많은 질병에 사용되었다. 그 방법도 온천으로 몸을 씻는 것에서부터 약재를 우린 물로 목욕을 하는 방법까지 다양하다.

한의학을 토대로 한 치료 방법은 邪氣를 처리하는 방식에 따라 汗法, 吐法, 下法, 和法, 溫法, 淸法, 消法, 補法 등으로 나눌 수 있다. 이 가운데 목욕은 땀으로 邪氣를 몰아내는 汗法에 해당한다. 汗法은 피부에 땀을 내서 사기를 몰아내기 때문에 피부로 사기가 침입하여 피부 가까이 사기가 있는 경우에 사용한다. 왕실문헌을 비롯하여 의서에서 목욕요법이 피부질환이나 風邪로 인한 질환에 집중되어 있는 것은 이러한 이유 때문이다.

### 1) 피부질환

조선왕조실록 및 의서에서 목욕이 가장 적극적으로 사용된 질환은 피부 질환이었다. 특히 조선왕조실록에서는 목욕 요법이 중기, 소양증, 대풍창 치료에 집중적으로 언급되어 있다. 조선 초기, 왕권을 반석 위에 올려놓은 태종은 36세인 1402년 瘡腫이 몸에 열 번이나 생겨 醫官 楊弘達에게 치료 방법을 물었다. 양홍달은 이에 기운이 막혀(氣塞) 그런 것이라며 湯浴을 해야 된다고 고한다. 태종은 이를 빌미로 온행을 추진하였으나<sup>21)</sup> 諫官의 반대에 부딪혀 실현되지 못하였다. 그러나 이 기록을 통해 당시 목욕치법을 중기 치료 방법의 하나로 인식하고 있었음을 알 수 있다.

20) 許浚, 윤석희 외 역, 『東醫寶鑑』(동의보감출판사, 2006), 2182쪽.

21) 『太宗實錄』卷4, 太宗2년(1402) 9月 19日(己亥).

조카의 희생으로 왕위에 오른 세조 역시 종기 등 피부질환으로 고생하였다. 불교설화<sup>22)</sup>에 의하면 단종의 어머니인 현덕왕후가 세조의 꿈에 나타나 세조에게 침을 뱉고 사라진 후, 그 자리에 종기가 생기고 갑자기 동궁이 죽었다고 한다. 이 설화에 따르면 이렇게 생긴 부스럼으로 고생하던 세조가 어느 여름날 홀로 시내에 들어가 더러운 부스럼을 씻다가 문수동자를 만나 씻은 듯이 나왔다고 하는데, 세조가 피부 질환에 목욕을 사용하였던 이 설화는 조선왕조실록에서 겹치는 부분을 찾아볼 수 있다. 온천을 하면 血脈이 통하고, 元氣를 소생시켜 癩癢 즉, 가려운 증세가 있는 만성피부병과 惡疾이 절로 낫는다는 설명이다.

온천이란 것은 神祇가 더욱게 하는 것이니, 주로 모든 질병을 치료하는 것입니다. …… 여러 날을 더욱게 잠기어서 休息하고 調攝하면, 血脈이 순하게 통하고 元氣가 가득히 소생하여, 癩癢이 저절로 없어지고 惡疾이 나오니, 그 사람에게 이익 있음이 말로 다할 수 있겠습니까?<sup>23)</sup>

83세라는 나이로 천수를 누렸던 영조도 피부가려움증과 종기로 인하여 뜸을 뜨며 치료를 병행하였었는데, 즉위 9년(1733년)에 뜸 100炷를 채워서 뜨고는 그 괴로움에 국옥 때에 烙刑을 금하도록 명한 일이 있었을 정도였다.<sup>24)</sup> 56세 때에는 종기치료를 위한 온천으로의 행행이 쉽지 않자 온양 온천의 물을 서울까지 길어다 목욕을 시행하였고, 다음해 가을에는 직접 온양 온천으로 행행하였다.<sup>25)</sup> 조선왕조실록에 의하면 현종도 가려움증 치료를 목적으로 온천 목욕을 택하였다.<sup>26)</sup>

실록에 기록된 피부질환들은 서술상에 차이는 있지만 가려움증을 묘사하고 있는 경우가 많다. 이는 가려움증이 대부분의 피부질환에 동반 증상이기

22) 최정희, 『한국불교전설99』 「강원도편」, (우리출판사, 1996), 96쪽.

23) 『世祖實錄』 卷45 世祖14年(1468) 2月 2日(癸巳).

24) 『英祖實錄』, 卷35, 英祖9年(1733) 8月 22日(庚午).

25) 김정신, 「조선시대 왕들의 질병치료를 통해 본 의학의 변천」, (서울대학교, 박사학위논문, 2005), 69쪽.

26) 『顯宗實錄』, 卷10, 顯宗6年(1665) 4月 6日(壬戌).

때문이다. 따라서 가려움증을 치료한다는 것은 원인이 되는 피부질환을 전제로 한 것이며, 가려움증에 목욕치법을 자주 사용하였다는 것은 피부질환에 대증적인 치료로 목욕치법의 효과를 폭넓게 인정한 것이다. 의서에도 風으로 생겨난 가려움증의 경우 온천으로 치료하면 좋다고 하였다.<sup>27)</sup>

태종, 현종, 숙종 등이 앓았던 종기나 종창은 선조, 영조 등이 앓았던 가려움증과 개념적으로 차이가 있지만 목욕을 사용하여 체표의 사기를 발산시킨다는 의미에서는 서로 같다. 목욕치료에는 종기나 종창으로 발생한 가려움증이나, 가려움증이 심해져 생긴 통증을 제거하는 일차적인 목적이 있다고 하겠다.

현종은 젊어서부터 안질, 습창, 두통, 종기 등 다양한 병을 앓았고, 34세 때 다리통증과 두통, 열로 인해 약을 먹고, 침뜸을 뜨는 등의 치료를 하였으나 끝내 사망한다. 24세 때 현종은 온몸에 부스럼이 나서 고생을 하였는데, 대신들에게 목욕치료를 하는 것에 대하여 여러 차례 논의를 하였으나 부스럼과 습창과 안질이 동시에 발하였으므로, 목욕치료가 오히려 좋지 않을 수 있음을 들어 신중하기를 고하였다.

상이 전하기를 “요즈음 부스럼이 온 몸에 나 고통을 견디기 어려운데, 온천에 목욕 하는 것이 효험이 있다는 것을 알고 있으면서도 민폐가 염려되어 할 생각을 못하였다. 지금 눈병과 부스럼이 한꺼번에 발하여 여러 차례 침을 맞았으나 효험을 보지 못하였다. 약은 오래 복용하였으나 효험이 없고 침은 겨우 당장 위급한 것만 치료할 뿐이다. 일찍이 듣건대, 온천이 濕熱을 배설시키고 또 눈병에 효험이 있다고 하니, 지금 기회에 가서 목욕 하였으면 한다. 여러 의원들에게 물어서 아뢰라.” ... 약방 제조 등이 아뢰기를 “성상의 눈병과 부스럼은 모두 습열 탓에 생긴 것이다. 이런 때에는 濇井이 가장 좋다.’고 하였는데, 柳後聖만은 ‘성상의 병환은 脾胃에 습열이 있어서일 뿐만 아니라 心肝에 화기가 자못 성해서이다. 그러니 온정에 거동하는 것이 안 될 것은 없으나, 화기가 자못 성한 때 열을 오르게 해 더칠까봐 걱정이 다.’고 하였습니다.”<sup>28)</sup>

27) 錦里山人, 안상우 외 역, 『(국역)宜叢IV』(한국한의학연구원, 2009), 92쪽.

28) 『顯宗實錄』, 卷10, 顯宗6년(1665) 3月 14日(庚子).

이후 여러 논의 끝에 현종은 온천으로 목욕치료를 하는데 병증에 대하여 폐단이 있음을 알면서도 침뜸으로도 정말 부득이해서 갈 수 밖에 없음을 들어 목욕치료를 여러 차례 다녀왔으며, 끝내는 온천에 궁을 지으려는 계획을 세우기도 하나 상소로 인하여 좌절된다. 이후로도 현종은 수십차례에 걸쳐서 목욕을 다녀왔으며 부스럼 및 습창의 병세가 호전되었다는 기록도 볼 수 있다.

현종의 뒤를 이은 숙종은 정무에 신경 쓰느라 먹고 자는 것을 제때에 못하고 화병이 날로 성하여, 시무중이거나 상소에 대하여 의논할 때에도 뜸을 뜨곤 하였다. 53세에는 생우황을 闕下에 들이라는 명을 내려 대량의 소가 도살되기도 하였다. 이후 병세가 악화되어 증세가 백가지로 변하여 滑劑를 쓰면 神氣가 허약해지고, 緩劑를 쓰면 浮氣가 심해져서 어의들도 어쩔 수 없는 상황이 오기도 하였다. 이에 내의원 제조가 임금의 환후를 고칠 명 의와 기이한 처방을 구하는 공문을 전국 8도에 보내는 일도 있었다. 1717년 의관 방진기가 임금에게 온천목욕을 건의하였고, 이후로부터 여러 논의를 통해 현종은 한해동안 6차례에 걸쳐 각부를 씻는 등 목욕치료를 함께 병행하기도 하였다. 46세때 중기로 인하여 椒井에서 목욕하려고 하였으나 의관들의 만류로 중지하였던 기록이 있다.<sup>29)</sup>

한의학에서는 아래와 같이 가려움증을 熱이나 燥에 의해 생겨난다고 본다. 따라서 윤택하게 하여 피부의 燥邪를 누그러뜨리거나 시원한 성질의 약재로 발산시켜 熱邪를 날려버리는 치법을 사용하였다.

혈이 살과 주리에 영양을 공급하지 못하기 때문에 가려운 것이다. 보하는 약으로 자양시키고 음혈을 길러서 혈을 조화롭게 하면 살이 윤택해지면서 가려움이 저절로 그친다. 가려울 때 긁으면 시원한 것은 긁는 것은 화의 작용이기 때문이다. 약하게 긁으면 간지럽지만, 심하게 긁으면 가려움증이 사라지는 것은, 피부가 얼얼하게〔辛辣〕 되는 것은 금의 작용에 속하는데 얼얼한〔辛〕 것은 화를 흠기 때문에 금이 작용하면 화가 풀어지는 것이다.<sup>30)</sup>

29) 『肅宗實錄』, 43권, 肅宗32년(1706) 2月 29日(戊午).

30) “血不榮肌腠, 所以痒也。當以滋補藥, 以養陰血, 血和肌潤, 痒自不作。痒得爬而解者, 爬爲火化。微則亦能痒, 甚則痒去者, 謂令皮膚辛辣而屬金化, 辛能散火, 故金化見則火

의서에서는 약재 달인 물로 몸을 씻는 방법으로 이런 효과를 꾀하였다. 『동의보감』에 제시된 가려움증에 씻는 약〔澡洗藥〕이 대표적인데, 그 방법은 위령선, 영릉향, 모향, 연잎, 고본, 백지, 감송 등 8가지 약재를 끓여 그 물로 방 안에서 목욕을 하는 것이다.<sup>31)</sup> 향이 짙은 약재를 뜨거운 물과 함께 사용하여 체표의 熱邪를 발산시키는 의미이다. 이 밖에 지실 달인 물이나 익모초 달인 물이 사용되었으며, 가려움에 통증이 동반되는 경우에는 삭조 달인 물이나 인진 달인 물이 사용하였다. 이 밖에 창이 달인 물, 토란 삶은 물을 사용하였고, 초정약수를 이용하기도 하였다.<sup>32)</sup>

이 가운데 버드나무를 주재료로 하는 ‘수양탕’의 경우에는 아래와 같이 그 효과가 탁월했다고 기록되어 있다. 특히 소아 痘瘡으로 생겨난 극심한 가려움증에 탁효가 있었다고 한다. 수양은 성질이 따뜻하여 氣와 血이 응체되었거나 風寒의 사기에 속박되었을 때에 기혈을 움직여 두창이나 황달 등의 질환을 치료한다고 알려져 있다.<sup>33)</sup>

(두창으로 생긴) 가려움을 멎게 할 때는 水楊湯의 기이한 효과만한 것이 없다. 시냇가에 있는 잎이 크고 가지가 붉은 버드나무와 썰어 심한 가품에도 끓이지 않고 흐르는 강물을 길어서 센 불에 달여 6~7번 끓인 연후에 물이 따뜻할 때 고운 망건으로 자주 씻는데, 혹 탕약을 더하여 오랫동안 씻으면 효과가 있다. 그러므로 반드시 그릇 2개를 불에 놓고 따뜻하게 하여 번갈아 쓴다. 밤낮으로 10여 차례 쓰는데, 많이 쓸수록 좋다.<sup>34)</sup>

化解矣.”(許浚, 윤석희 외 역, 『東醫寶鑑』, 1786쪽.)

31) 許浚, 윤석희 외 역, 앞의 책, 799쪽.

32) 錦里山人, 안상우 외 역, 『(국역)宜彙 I』(한국한의학연구원, 2009), 92-93쪽; 許浚, 윤석희 외 역, 앞의 책, 808-809쪽; 미상, 안상우 외 역, 『(국역)意方合部 I』(한국한의학연구원, 2007), 300쪽.

33) 汪昂, 『本草名著集成 本草備要』(華夏出版社, 1998), 281쪽.

34) “止痒水楊湯○止痒又莫如水楊湯之奇功. 取溪邊大葉赤枝之楊, 挫之, 仍汲大旱不斷之長流水, 極煎六七沸然後, 乘其水氣溫熱之時, 以細巾頻頻洗, 而或添湯久洗之, 方有效矣. 故必以兩器遞易溫之火上. 日夜數十次, 多多益好耳.”(미상, 안상우 외 역, 『(국역)宜彙IV』, 92쪽.)

소금을 사용하는 방법 역시 가려움증 치료에 주효한 방법이었다. 소금을 달여 그 물로 목욕을 하거나 바닷물을 직접 이용하기도 하였다.

소금물(鹽湯)은 모든 풍으로 인한 가려움증을 치료한다. 소금 1말을 물 1섬에 넣고 물이 반으로 줄어들게 달여 따뜻할 때 3번 목욕을 한다. 가려움증으로 목욕을 할 때는 소금만 한 것이 없다. 소금을 진하게 달인 물로 목욕을 하면 매우 묘한 효과가 있다. 바닷물로 목욕하면 더욱 묘한 효과가 있다.<sup>35)</sup>

소금 녹인 물이나 소금 달인 물은 가려움증 이외의 피부 질환에도 중요하게 사용되었다. 『의방합편』에는 疔瘡를 치료하는 소금의 활용 방법이 상세히 설명되어 있다.<sup>36)</sup> 실록에서 바닷물을 이용해 大風瘡를 치료한 기록도 같은 맥락에서 이해할 수 있다.

그 밖의 의서에서는 개오동나무, 부평초, 뽕나무 가지 태운 잿물에 얼굴을 씻고 콩과 녹두로 만든 장에 뜨거운 물을 섞어 목욕하거나 지골피, 형개, 고삼, 세신을 각 2냥씩 넣고 목욕하는 방법 등이 사용되었다.

## 2) 눈병(眼疾)

안질은 세종, 광해군, 현종, 숙종이 크게 고생을 했던 병증이며, 이들 모두는 목욕 치료로 이를 치료하려고 하였다. 목욕은 일차적으로 피부를 자극하기 때문에 피부 질환에 대한 목욕 치료는 직관적으로도 어느 정도 납득할 수 있는 부분이다. 그러나 안질을 목욕으로 치료했다는 부분에 이르러서는 쉽게 연결 짓기 어렵다.

안질은 세종이 앓았던 가장 고질적인 질환 중에 하나였는데, 그는 두 눈이 잘 보이지 않을 뿐만 아니라 깔깔하고 아팠으며, 왼쪽 눈은 거의 보이지

35) “鹽湯. 治一切風痒. 鹽一斗, 水一石, 煎減半, 溫浴三次. 浴痒無如鹽, 濃煎湯浴身, 最妙. 『綱目』. 海水浴, 尤妙. 『俗方』.”(許浚, 윤석희 외 역, 『東醫寶鑑』, 807쪽.); 『단곡경험방』에도 유사한 문장이 등장한다. “塩 主一切風痒. 塩一斗, 水一石, 煎半, 溫浴三次. 海水浴尤妙.”(李鎭泰, 안상우 외 역, 『(국역)丹谷經驗方 I』, 272쪽.)

36) 미상, 안상우 외 역, 『(국역)意方合部II』(한국한의학회연구원, 2007), 106쪽.

않았다.<sup>37)</sup> 세종은 중국의 병이 목욕으로 치료되는 것을 보고<sup>38)</sup> 자신의 안질 역시 온천 목욕으로 치료되기를 기대한다. 세종은 우선 목욕이 실제로 안질에 효험이 있는지를 2차례에 걸쳐 시험해 본 뒤에<sup>39)</sup> 다음과 같이 효과가 있다는 확신을 얻게 된다.<sup>40)</sup>

그러나 실록의 기록을 살펴보면 안질이 중간에 호전되는 듯하다가도 끝내 세종에게 고질병으로 남아있었던 듯하다. 또한 왕의 온천행행은 백성들의 힘든 노역이 수반되기 때문에 세종은 일 년에 한번 정도로 온천행행을 할 뿐이었으므로 온천목욕을 할 때에는 좋아지는 듯하였다가 돌아온 후에는 다시 병이 악화되는 악순환이 계속되었던 것으로 보인다. 이에 대해 이승손 등이 온천 거동을 오래할수록 좋다고 건의하는 기록이 보인다.<sup>41)</sup>

『동의보감』을 비롯한 의서에서 안질을 목욕으로 치료하는 처방은 직접적으로 나오지 않는다. 이 때문인지 숙종의 내의원 제조였던 閔鎭厚는 목욕으로 안질을 치료할 수 있는 이유를 다음과 같이 이론적으로 설명하기도 하였다.

提調 閔鎭厚가 말하였다. “온천에서 목욕하여 눈병을 치료하는 것이 의서에 실려 있지는 않으나, 의서에, ‘玄府가 막히면 반드시 眼疾이 된다.’ 하였으니, 현부는 곧 땀구멍입니다. 온천에 목욕하여 땀을 내어 현부가 트이면, 안질을 고칠 수 있을 것이니, 또한 의서에서 말하지 않았다고 할 수 없을 것입니다.”<sup>42)</sup>

그의 설명대로 전통의학에서는 눈에도 땀구멍[玄府]이 있다고 보았으

37) 김정선, 앞의 논문, 18쪽.

38) 『世宗實錄』 卷89 世宗22年(1440) 4月 10日(辛巳).

39) 『世宗實錄』 卷92 世宗23年(1441) 1月 9日(丁未), 『世宗實錄』 卷92 世宗23年(1441) 1月 19日(丁巳).

40) 『世宗實錄』 卷92 世宗23年(1441) 2月 20日(丁亥).

41) 『世宗實錄』 卷99 世宗25年(1443) 1月 3日(己未); 『世宗實錄』 卷101 世宗25年 8月 29日(辛亥).

42) 『肅宗實錄』, 卷59, 肅宗43年(1717) 2月 6日(辛卯).

며, 이 땀구멍이 막히면 眼疾이 된다고 여겼다. 따라서 안질에 목욕 치료를 실시하는 것은 눈에 땀구멍을 열어 邪氣를 외부로 발산시키려는 의도이다. 목욕이 피부의 땀구멍을 열어 風邪를 몰아냄으로써 피부의 제반 질환을 치료할 수 있다는 것과 개념적으로는 같은 셈이다.

눈이 어두운 것은 열이 심하기 때문이다. 상한에 열이 심하면 눈이 멀어 사람을 알아보지 못한다. 눈이 약간 어두울 때에는 가까이 가면 도리어 사물을 구별하기 어렵다. 간혹 발을 쳐놓고 보는 듯 하거나 파리날개 같은 것이 보이거나 검은 꽃이 보이는 것은 모두 눈의 땀구멍〔玄府〕이 막혀 영위와 정신이 오르내리지 못하기 때문이다.<sup>43)</sup>

하지만 이러한 의서의 설명은 發汗法으로 眼疾을 치료할 수 있는 이유를 설명한 것이지 모든 안질眼疾을 포괄하고 있는 것은 아니다. 한의학에서 風이나 熱, 燥 등의 문제가 피부 질환에 주요 원인인데 반해 眼疾은 肝, 腎을 補하거나 火邪를 瀉해야 하는 경우도 많다. 따라서 변증이 잘못되어 적절하지 않은 眼疾에 목욕으로 發汗을 시킨다면 치료도 되지 않을 뿐만 아니라 오히려 역효과를 낼 수도 있다.

세종은 안질에 온천이 효험이 있는지를 시험해 보기까지 하였고, 효과가 있다는 결론을 얻었으나(세종 23년)<sup>44)</sup> 끝내 자신의 안질을 떨쳐버릴 수 없었다. 노력에 대한 실망이 컸던 탓인지 눈에 瞖膜까지 드리우게 되자 “이것은 나의 終身の 病이라, 목욕으로 고칠 것이 아닌 것이다. 비록 온천을 서울로 옮겨 와도 내가 목욕하지 아니할 것이다.”<sup>45)</sup>라고 하고 목욕 치료를 결국 포기하기에 이른다. 숙종 역시 목욕으로 안질에 호전을 얻지는 못하였다.<sup>46)</sup> 이런 결과들은 온천이 안질에 효과가 있다는 단편적인 사실에 얽매

43) “目昏者, 熱甚也. 傷寒熱極, 則目盲不識人, 目微昏者, 至近則轉難辨物, 或如隔簾視, 或視如蠅翅, 或見黑花, 皆目之玄府閉密, 而榮衛精神不能升降故也.”(許浚, 윤석희 외 역, 『東醫寶鑑』, 635쪽.)

44) 『世宗實錄』世宗25年(1443) 8月 29日(辛亥).

45) 『世宗實錄』卷101 世宗25年(1443) 8月 29日(辛亥).

46) 『肅宗實錄』卷59 肅宗43年(1717) 3月 23日(戊寅).

여 안질이 여러 가지 원인에 의해 발생할 수 있으며 원인에 따라 치료방법을 달리해야 한다는 기본적인 치료의 원칙을 간과했기 때문으로 보인다.

앞서 언급했던 현종 역시 눈병의 치료에 목욕이 좋다고 하여 여러 차례를 온정치료를 하였는데 안질이 생긴지 2년째가 되는 해부터 목욕치료를 하였고 목욕치료 후에는 호전된 듯 하다고 하였으나 눈병의 뿌리가 9년째까지 지속되면서 이미 고질이 되어있었다.<sup>47)</sup> 이후로도 현종은 지속적으로 목욕치료를 다니는 것을 한동안 지속했다.

### 3) 四肢의 통증과 마비〔風痺〕

風證은 세종, 문종, 단종, 명종, 광해군, 선조 등 모든 왕대에 한번쯤 등장하는 병이다. 이들이 앓은 風病은 의식을 잃고 쓰러지면 심한 후유증을 남기는 ‘中風’과 개념적으로 차이가 있다. 한의학에서는 風邪로 인해 발생한다는 점에서 모두 풍증으로 지칭하는 경우가 많으나 증상으로 보았을 때 이들 왕들이 앓았던 것은 대부분 팔다리의 통증이나 마비감을 보이는 風痺證이다. 風痺는 통증이나 마비감이 여기저기 옮겨 다닌다고 하여 ‘行痺’라고도 한다.

태종은 아버지 정종처럼 평소애 풍질을 앓고 있었는데, 이를 치료하기 위해서 온천을 이용했던 기록이 실록에 남아있다. 그는 47세 되던 해인 태종 13년 8월 11일에는 풍질의 발적으로 심한 통증을 호소한다. 통증 발생 3일 후에도 흠[圭]을 잡기 어려울 정도로 통증이 심하였다.<sup>48)</sup> 그로부터 5년 뒤인 태종 18년 3월 8일 온천을 통해 풍질을 치료해보기 위해 平山의 溫井에서 목욕하는 것을 의논하였다. 그의 평산행은 이루어지지 않았지만, 같은 해 7월 19일에 이명덕과 이천 온천에 대한 관심을 표명한다. 이 기사들은 온천욕으로 풍질을 고치는 것이 일반적으로 받아들여지던 치료방법이었음을 짐작케 한다.

임금이 李明德에게 이르기를, “나의 風疾이 藥餌의 효험이 없으니, 온천에서 목욕하여 병을 고치는 것이 비록 의서에는 보이지 않으나, 내 장차 伊

47) 『顯宗實錄』 卷15, 顯宗9年(1668) 8月 4日(庚午).

48) 김정선, 앞의 논문, 16쪽.

川 온천에 가서 목욕하여 시험하려는데, 어떠하겠는가?”하니, 이명덕이, “비록 의서에는 보이지 않으나, 목욕을 하여 병을 고친 자가 있으니, 청컨대, 시험해 보소서.”하였다. 이친 사람 朴殷林을 불러서 산천과 도로의 형태를 물었다.<sup>49)</sup>

태종은 왕위를 세종에게 물려준 뒤에도 풍질로 인하여 오른팔이 시고 아리며, 손가락을 펴고 구부리는 것도 정상이 아니었는데, 목욕한 효과로 병이 나올 수 있었다<sup>50)</sup>. 그러나 56세 때, 병세가 악화되어 같은 해인 세종 4년 11월 8일에 세상을 떠났다.

태종의 삼남이었던 세종은 여러 가지 병을 앓았던 탓에 목욕 치료에 대한 기록 역시 가장 많다. 29세에는 정신적 과로로 頭痛과 淋疾을 앓았고, 유전이 된 것이었는지 태상왕과 태종이 그랬듯이 35세 때부터 風疾이 몸에 베어 있었다.<sup>51)</sup> 풍질로 1년여를 고생하며 치료에 진척이 없었던 세종은 충청도의 온수에 室宇를 짓게 하고 중궁과 함께 풍질을 치료하기로 마음 먹고, 이듬해 3월 25일 계획한 대로 온수현 온천으로 떠나게 된다.<sup>52)</sup>

조선왕조실록에서는 왕들이 온행을 떠나는 주요 병증으로 풍비를 묘사하고 있지만, 의서에서는 다음과 같이 뽕나무와 한방기 등 약재 달인 물로 목욕하고 땀을 내는 방법을 설명해 놓았다.

풍증으로 움직이지 못할 때는 뽕나무뿌리 달인 물로 목욕하고 땀을 낸다.<sup>53)</sup>

모든 풍증을 치료하는 방법. 漢防己 1근을 물 3말에 넣고 달여 절반이 되면 뜨거울 때 3~4차례 목욕을 하면 여러 가지 증상이 또한 낫는다.<sup>54)</sup>

49) 『太宗實錄』卷36, 太宗18年(1418) 7月 19日(丁卯).

50) 『世宗實錄』卷3, 世宗1年(1419) 4月 29日(癸卯).

51) 김정선, 앞의 논문, 17쪽.

52) 『世宗實錄』卷59, 世宗15年(1433) 3月 25日(戊寅).

53) “一方. 風症不遂, 桑根煎水, 沐浴取汗.”(錦里山人, 안상우 외 역, 『(국역)宜彙 I』, 9쪽.)

54) “治諸風, 漢防己一斤, 水三斗, 煎半, 乘熱, 沐浴三四次, 則諸症亦差.”(錦里山人, 안상우 외 역, 『(국역)宜彙 I』, 15쪽.)

풍비에는 風邪를 몰아내는 것을 치료의 大法으로 삼는다. 뽕나무와 방기는 모두 풍증을 치료하는 것으로 잘 알려져 있는 약재로서, 위의 처방들은 약재의 약성과 목욕치료의 발한작용을 적절히 조화시킨 것이다.

뽕나무는 봄에 잎이 돋기 전에 가지를 잘라 볶아 통증 치료에 탕제로 복용하는 것이 일반적인데<sup>55)</sup>, 목욕 치료에서는 뿌리를 사용하라고 하여 부위 상에 차이가 있다. 한방기는 따뜻하고 매운 성질로 風과 濕의 사기를 제거하는 효능이 있다.<sup>56)</sup> 목욕 치료 역시 이러한 효능을 그대로 발휘한다고 인식하였다.

광해군 때에는 왕이 풍질에 걸려 목욕치료를 한 것은 아니나, 기자헌, 박승중 등이 풍질, 종창 등을 핑계로 관직을 버리고 목욕수유를 떠나기를 상소로 청하였던 기록<sup>57)</sup>들을 찾아 볼 수 있다.

#### 4) 전염성 질환

전통의학에서 외부의 邪氣에 감촉되어 발생하는 대표적인 질환이 바로 전염성 질환이다. 따라서 이 역시 발산시키는 효과가 있는 치료법들을 사용하였으며 목욕 요법 역시 이에 해당한다.

세종은 당시 유행성 癘疫과 癘疫이 돌자 외방의 유행·전염병을 치료하는 방법을 방문으로 써서 주지시키도록 하였다. 이 가운데 목욕과 관련된 방법도 포함되어 있는데, 복숭아나무의 가지와 잎, 백지, 측백나무의 잎을 함께 가루내어 사용하는 방법과 동쪽으로 뻗은 복숭아 나무 가지 달인 물로 목욕하는 방법이 그것이다. 여기에서 복숭아나무가지나 측백나무가지 등은 남동쪽을 뻗은 것을 주로 사용하는데, 사특한 기운을 쫓는다는 辟邪의 의미를 담고 있다.

55) 許浚, 윤석희 외 역, 앞의 책, 2010쪽.

56) 許浚, 윤석희 외 역, 앞의 책, 2013쪽.

57) 『가자헌』 글을 올려 광해에서 목욕할 수 있게 해주기를 청하니 하랴, 『光海君日記』卷36, 光海2年(1610) 1月 25日(丙申)  
 『영의정 기자헌이 한달간 흥해로의 병기를 청하나 허락하지 않다』 『光海君日記』卷38, 光海7年(1615) 3月 26日(壬申)  
 『영의정 기자헌이 질병을 이유로 사직을 청했으나 윤택하지 않다』 『光海君日記』卷37, 光海7年(1615) 11月 18日, 20日(庚寅) 2건  
 『영의정 박승중이 중기로 초상에 목욕 가길 청했으나 허락하지 않다』 『光海君日記』卷38, 光海4年(1622) 8月 1日(甲子)

時氣瘧疫浴湯方은, 복숭아나무 지엽〔桃枝葉〕 10냥, 白芷 3냥, 柏葉 5냥을 골고루 찧고 체〔篩〕로 쳐 내어 散을 만들고는, 매양 3냥을 가져다가 湯을 끓여 목욕을 하면 극히 좋다. … 또 방문으로는 한때 돌아가는 癘疫에는 항상 매달 보름날 동쪽으로 뻗은 복숭아나무 가지를 잘게 썰어 넣고 물을 끓여 목욕한다.<sup>58)</sup>

이 방법은 『향약집성방』에서 해당 질병을 치료할 수 있는 처방들을 채록한 것으로<sup>59)</sup> 『동의보감』 뿐만 아니라 아래와 같이 『의휘』 등 후대 의서들에도 수용되어 있다.

복숭아 잎은 유행성 역병으로 땀이 나지 않는 것을 치료한다. 잎을 많이 따서 진하게 달여 침상 아래에 두고 그 위에 앉아 옷을 덮고 있으면 잠깐 있다가 땀이 나고 낫는다. 복숭아나무 가지를 꺾어 달인 물로 목욕을 하여도 좋다.<sup>60)</sup>

이러한 방법은 세종 대의 『창진집』, 성종 대의 『구급간이방』처럼 조선 전기에 질병이 유행할 때 『의방유취』의 내용을 바탕으로 새로운 의서를 인출했던 방식과 대동소이하다.<sup>61)</sup>

한편, 유행성 감기에는 따뜻한 물에 목욕을 할 것을 권하였는데, 『의휘』에는 “유행성 감기에 걸린 지 3일 되었을 때 머리가 아프고 번열이 나면 조각(태워서 가루 낸다) 신급수(아무 때나 길어온다) 1잔을 생강즙과 꿀 약간에 섞어 3잔을 마신다. 먼저 따뜻한 물에 목욕한 다음 이 약을 복용하고 땀을 내면 낫는다.”<sup>62)</sup>고 하였고, “유행병 뒤에 눈이 어지러운 증상에는 모

58) 『世宗實錄』卷64, 世宗16年(1434) 6月 5日(庚戌).

59) 俞孝通 外, 『(새천년) 鄕藥集成方』(정담, 2000), 104쪽.

60) “桃葉, 治此時汗不出. 多取濃煎, 置床下, 坐其上, 衣被蓋之, 須臾當汗, 便差. 又取桃枝剉, 煎湯洗浴, 亦可.”(錦里山人, 안상우 외 역, 『(국역) 宜彙 I』, 9쪽.)

61) 조선 전기 의방유취를 활용하여 의서를 편찬했던 방식에 대해서는 다음 연구에 자세히 다룬다. 김성수, 『朝鮮前期 痘瘡 流行과 『瘡疹集』』, 『한국한의학연구논문집』 제16집 1호, 29~41쪽.

62) “時令三日, 頭痛煩熱, 皂角燒末, 非時新汲水一中盞, 干汁蜜 各少許, 和三盞服. 先以

과 상기생을 달인 물로 목욕하면 매우 좋다.”<sup>63)</sup>는 기록도 볼 수 있다.

### 3) 목욕치법의 부작용

의학적 치료는 인체를 변화시키는 것을 목적으로 하기 때문에 잘못 사용하는 경우에는 부작용이 나타나기 마련이다. 이런 부작용을 피하고 순작용을 강화하기 위해 의학지식을 필요하다. 목욕이 하나의 온전한 치료 방법으로 인식되었다는 사실은 목욕으로 인한 부작용이 적지 않게 언급되었다는 사실에서 분명해 진다.

세조는 風濕의 병으로 온탕에서 목욕을 해 본 후 병이 나아지는 것을 경험하였으나, 반면 온탕으로 인하여 感風이 종종 생겨 병이 오히려 병이 시작된다고 하였다. 그는 온탕의 효력에 대해 이야기는 분분하나 정해진 설이 없다는 사실을 인식하고 의원에게 온탕을 효력 있게 이용하는 절목을 내렸다. 그는 이 절목에서 온탕이 정도에 미치지 못하면 효험이 없을 뿐만 아니라 지나치면 어지럽고 병이 생긴다는 점을 지적하고 그 대책을 적시하였다. 그 내용은 아래와 같다.

대저 늦봄의 초기에 해가 높이 떠오르고 날씨가 바람기가 없으며, 마침 뱃속이 오히려 부족한 듯하면서 많이 먹고 싶지 않을 때를 틈타 나가서 목욕하되, 그때 먼저 單衣를 따뜻하게 하였다가 뒤따라 내다가 등위에 덧걸치며, 즉시 마르고 따뜻한 單衣·袂衣·襦衣를 입는데, 자기 마음대로 그 솜자를 더하고 줄이며, 모름지기 湯粥을 마시고 만약 술로써 땀을 내는 데 도움을 받으면서 물에 있으면 冷水라도 무방하다. 이 절목을 가지고 길이 良方으로 삼도록 하라.<sup>64)</sup>

또 선조 31년(1598) 9월에는 앞서 언급한 바와 같이 약방이 시절에 맞게 목욕을 해야함을 주장하며, 선조에게 기후와 계절상으로 당시 온수로 목

媛水淋浴，服此汗出愈。”(錦里山人，안상우 외 역, 『(국역)宜彙 I』, 27쪽.)

63) “時氣後，眼昏等症，木果 枚寄生，煎水，沐一身甚好。”(錦里山人，안상우 외 역, 『(국역)宜彙 I』, 57쪽.)

64) 『世祖實錄』卷33，世祖10年(1464) 4月 16日(戊戌).

욕하는 것을 금하기를 아뢰는 내용이 보인다.

일기가 벌써 寒冷하여 點穴하는 데에 반드시 衣襟을 벗어야 하므로 風氣가 엄습할까 두려워 할 수가 없습니다. 온수에 목욕하는 것은 賤한 사람이라도 감히 가볍게 하지 못하는 것입니다. 津液이 크게 빠져서 元氣가 손상되어 크게 해롭습니다. 더구나 이처럼 한랭한 계절에는 더욱 함당하지 않으니 결코 하여서는 안 됩니다.<sup>65)</sup>

이런 인식은 향간에서 일반적으로 받아들여지고 있던 것이었다. 木川 사람 전 繕工錄事 全思禮는 세조에게 천안에 궁궐을 세울 것을 上書하면서 목욕을 잘하면 목은 병을 치료하지만 잘못하면 도리어 풍사의 해를 입는다는 당시 향간의 인식을 적고 있다. 이러한 인식과 더불어 세조 14년(1468) 기록에는 목욕치료를 하되 적절한 휴지기간을 거쳐야 원기를 상하지 않고, 목욕의 효험을 볼 수 있음을 상세히 설명하고 있다.

俗諺에 이르기를, “1일을 목욕하면 3일을 休息할 것이고, 2일을 목욕하면 6일을 휴식할 것이다.”하였으니, 이와 같이 하면 목은 병이 제거될 것이고 風邪에 해를 입지도 않을 것이니, 진실로 이와 같이 하지 아니하면 元氣가 충분치 못하여 도리어 풍증에 傷하는 근심이 있을 것입니다. 목욕하는 날이 오래 되고 휴식하는 것도 또한 오래 되면 목욕하는 효험을 기약할 수 있습니다.<sup>66)</sup>

이 밖에도 실록 기사에서는 목욕으로 도리어 병이 발생한 경우를 볼 수 있다. 태종은 온천에서 목욕을 하던 중에 風邪에 맞아 목에 작은 종기가 생긴 바 있으며<sup>67)</sup>, 중종 때 사헌부지평 한충의 어머니는 두통과 종창으로 온양으로 목욕을 갔다가 목욕 후에 갑자기 이질을 앓기도 하였다.<sup>68)</sup> 숙종 때

65) 『宣祖實錄』卷104, 宣祖31年(1598) 9月 22日(甲辰).

66) 『世祖實錄』卷45, 世祖14年(1468) 2月 2日(癸巳).

67) 『世宗實錄』卷4, 世宗1年(1419)

68) 『中宗實錄』卷29, 中宗12年(1517) 8月 21日(甲子).

의 기록을 보면 虛弱한 증상과 火症이 있는 경우에는 목욕이 氣를 쏟아내게 되고 그로 인하여 熱을 돕게 되어 오히려 해가 될 수 있음을 숙종에게 설명하는 부분도 볼 수 있다.<sup>69)</sup>

이들 기사들은 공통적으로 목욕이 몸의 津液을 소모시켜 元氣를 손상시킬 수 있으며, 그 틈을 타서 風寒의 外邪가 들어 올 수 있음을 경고하고 있다. 전통의학에서도 같은 이유로 목욕 후에 발생할 수 있는 부작용에 주목한 부분이 많다. 의서에는 이렇게 발생할 수 있는 병증들로 首風, 暑病, 濕溫, 黃疸(黃汗), 瘡疾(濕瘡), 附骨疽 등을 들고 있다.

목욕은 땀구멍을 열어줄 뿐만 아니라 체온을 빼앗기도 한다. 이 때문에 전통의학에서는 목욕이 자칫하면 외부의 풍사에 몸을 무방비로 노출시킬 수 있다고 보고 “겉을 치료하는 약으로 이(목욕)보다 좋은 것이 없으나, 겨울에 목욕을 하면 풍한에 감촉될 수도 있으니 얼굴만 씻는 것이 좋다.”<sup>70)</sup> 라고 하여 때를 가려 목욕해야 한다고 경계하였다.

### 3. 공공의료의 방편, 조선의 목욕시책

백성의 건강은 국가 국력의 기반이다. 따라서 오늘날과 같은 공공의료의 개념이 확립되기 전인 전근대 사회에서도 위정자들은 대중의 건강을 유지하고 증진시키는 일에 많은 관심을 가지고 있었다. 조선시대 왕들이 그러한 방편 가운데 하나로 주목한 것이 목욕치료였다.

세종은 목욕의 치료효과와 올바르게 목욕하는 법에 대하여 꾸준히 관심을 가지고 있었다. 당시 온천의 근처에 기거하여 목욕하는 절차를 잘 아는 朴生厚, 朴厚生 등에게 다음과 같이 ‘목욕하는 법’을 물어보고 그에 대해 상을 내렸다. 이는 그들이 가지고 있었던 목욕치료에 대한 지식을 높이 평가한 까닭이다.

69) 『肅宗實錄』卷59, 肅宗43年(1717) 1月 27日(壬午).

70) “外治之藥, 無過於此, 但冬月浴之, 恐觸風寒, 只洗面上, 可也.”(錦里山人, 안상우의 역, 『(국역)宜叢Ⅳ』, 49쪽.)

임금이 말하기를, “내가 監考인 前 直長 朴生厚에게 목욕하는 법을 물었더니, 대답하는 말이 매우 이치가 있었으며, 의서를 참고하니 틀림이 없었다. 상을 주는 것이 어떤가.” 하였다. 승선이 아뢰기를, “쌀과 콩 합하여 10석을 주면 되겠습니다.” 하였다. 임금이 “그렇다.” 하고, 곧 進교하기를, “듣건대, 이 사람의 아들 朴正義가 일찍이 甲士 시험에 합격하였으나 아직 敍用되지 않았다고 하니, 병조에서는 그의 이름을 조사하여 加資 또는 超資하여 서용하게 하라.” 하였다. 생후는 오랫동안 온정에 거주하여 목욕의 이해를 깊이 아는 자이었다.<sup>71)</sup>

朴生厚이란 자는 나이가 70여 세인데, 오래 온천 곁에서 살아 깊이 목욕하는 절차를 알고 있었으므로, 즉시 中軍副司直을 제수하고는 본도의 米豆·錢布로써 녹봉을 내려 주었다.<sup>72)</sup>

세종 7년(1425년) 7월 19일에는 성균관 학생들이 습질에 걸리는 일이 많다는 말을 듣고, 그 대비책을 명하면서, 東齋와 西齋를 수리하여 각각 5間을 溫埃로 만들어 주도록 하고, 또 繕工監으로 하여금 목욕탕과 板橙 80개를 만들어 주도록 하였다는 기록도 볼 수 있다.<sup>73)</sup>

임금이 성균관 학생들이 濕疾에 걸리는 일이 많다는 말을 듣고 左副代言 金楮에게 가서 살펴 보도록 명하고, 工曹로 하여금 東齋와 西齋를 수리하여 각각 5間을 溫埃로 만들어 주도록 하고, 또 繕工監으로 하여금 목욕탕과 板橙 80개를 만들어 주도록 하고 長興庫로 하여금 長官廳에 鋪陳을 깔게 하고, 예조로 하여금 항상 醫官을 보내어 학생으로서 병나는 자가 있으면 곧 증세를 살펴 치료하도록 하였는데, 대개 17일 윤대를 행할 때에 大司成 黃鉉의 啓達에 따른 것이었다.

세종 11년(1429년)에는 東活人院에 있는 汗蒸沐浴室이 너무 좁아서 병을 치료하지 못하는 경우가 많다는 사실에 주목하였던 기사가 실려 있다.

71) 『世宗實錄』 卷60, 15年(1433) 4月 5日(戊子).

72) 『世宗實錄』 卷92, 23年(1441) 3月 27日(甲子).

73) 『世宗實錄』 卷29, 7年(1425) 7月 19日(丙戌).

이에 大禪師 一惠 등을 필두로 하여 東活人院에 한증목욕실 세곳을 더 짓고, 石湯子를 설치할 쌀과 면포를 지원해줄 것을 예조에 요청하였고, 세종은 이를 허락하였다.<sup>74)</sup>

세종 27년(1445) 濟州 安撫使가 나병 치료를 목적으로 만든 ‘목욕하는 기구’는 醫生과 중들로 하여금 이런 이들을 바닷물로 치료하여 감독하고 치료하게 하기도 했다.<sup>75)</sup> 이 기록은 아래에 제시한 제주도에서 대풍창 환자들을 바닷물로 목욕 시키고 고삼원을 먹여 치료하여 많은 환자들을 구제하였다는 문종 1년의 기록<sup>76)</sup>과 함께 공공의료의 측면에서 상당히 의미 있는 결과들이다.

또 세종 30년(1448년)에는 전라도 감사의 상소를 받고 전라도 무장현의 염전에 목욕간을 짓게 하였는데<sup>77)</sup> 이는 鹽井沐浴을 통해 백성들의 병을 낮게 하고자하는 방편이었다. 이후 무장현 염정은 조선시대 대표적인 염탕 목욕 장소가 되었다. 중종 33년(1538년) 柱林君이 무장현의 염정에 목욕을 떠났다는 기록은 무장현 염정이 전국적으로 유명해졌음을 추측할 수 있는 부분이다.<sup>78)</sup>

조선시대 목욕은 몸의 일부만을 드러내고 씻는 部分浴이 대부분이었다. 따라서 특별한 경우를 제외하고는 몸을 모두 물속에 담그고 목욕하지 않았으며, 그렇게 할 만한 시설도 드물었다. 부분욕은 대부분 방 안에서 이루어졌으며 이때에는 대야와 대야갈개가 사용되었다.<sup>79)</sup> 따라서 전신욕이 가능하도록 성균관에 목욕통〔浴桶〕을 주고 무장현에 목욕간〔浴室〕을 짓도록 한 것은 다수의 백성들을 치료하기 위한 공공의료 정책이다.

다수의 환자들을 모아 적극적인 목욕치료를 시행한 기록도 보인다. 문종 때에는 제주에 대풍창이 많이 있었는데, 苦蔘元을 먹이고 바닷물에 목욕을

74) 『世宗實錄』卷44, 世宗11年(1429) 6月 27日(壬寅).

75) 『世宗實錄』, 卷110, 世宗27年(1445) 11月 6日(丁丑).

76) 『文宗實錄』卷7, 文宗1年(1451) 4月 2日(庚午).

77) 『世宗實錄』卷119, 30年(1448) 2月 12日(戊辰).

78) 『中宗實錄』卷87, 中宗33年(1538) 7月 16日(丁亥).

79) 조효순, 앞의 논문, 65~74쪽.

시켜서 나병 환자들을 집단적으로 치료하였다.<sup>80)</sup> 대풍창은 흔히 癩病이라고도 하며 피부의 일부가 문드러지고 심하면 떨어져 나가는 질환으로 전염된다고 여겨져 두려움의 대상이 되곤 하였다. 이런 대풍창 환자들은 인적이 드문 곳에 격리되어 함께 기거하는 경우가 많았다. 바닷물로 대풍창을 치료하는 것은 바다가 인접한 제주도라는 지역적 특징을 배경으로 생겨난 것으로 보인다. 기록에 따르면 이들 대부분이 나왔다고 한다. 목욕의 특성상 다수가 동시에 시행할 수 있다는 장점을 활용한 것이다.

또한 문종 때에는 당시 유행하던 惡疾에 대하여, 藥劑나 針灸만으로는 부족하니 沐浴蒸熨之法 즉, 목욕찜질이라 할 수 있는 치료법을 활용할 방안을 모색하였다.

의정부에서 예조의 문文에 의거하여 아뢰기를, “京畿의 原平·交河 開城府 같은 곳에 惡疾이 바야흐로 熾盛한데, 다만 藥劑와 針灸로 고쳐서는 효험을 보기 어렵습니다. 청컨대 개성부의 活民院을 수리하여 병자를 모아 놓고서 自願에 따라 목욕 찜질의 방법을 아울러 써서 치료하되, 땀 것과 藥草 따위 물건 및 병자의 양식은 개성부로 하여금 曲盡하게 布置하게 하고, 幹事僧을 정하여 主管하게 하며, 각 所在官이 병자에게 두루 일러서 活民院에 가도록 하되, 만약 이를 모르는 자가 있으면 守命을 죄주소서.”하니, 그대로 따랐다.<sup>81)</sup>

개성부의 活民院을 수리하여 병자를 모아놓고 自願에 따라 이에 필요한 땀 나무 및 약초 등의 자원은 개성부에서 지원을 받고, 이 일을 맡아볼 幹事僧을 정해서 주관하도록 하기를 요청하는 내용이다. 이때 각 所在官을 통하여 목욕찜질 치료를 이용할 수 있다는 사실을 병자들에게 알려 두루 활용할 수 있도록 하는 내용까지 실려있다.

한편, 세조는 백성들이 이용하는 온정목욕의 환경관리에까지 관심을 보였다. 1466년 6월 3일에는 황해도 관찰사에게 馳書하여 道內 松禾縣 板橋의 온정과 文化縣 終多里의 온정의 목욕을 금지시키고 그것이 쓸 만한가의

80) 『文宗實錄』卷7, 文宗1年(1451) 4月 2日(庚午).

81) 『文宗實錄』卷8, 1年(1451) 7月 20日(丙辰).

여부에 대해 감사를 실시하기도 하고<sup>82)</sup>, 그 다음해에는 신천현의 동쪽 溫水 관리에 대해서도 관찰사에게 치서하기도 하였다.<sup>83)</sup> 앞서 언급하였던 1464년에 溫湯을 효력 있게 이용하는 절목을 내려 병을 치료하는 良方으로 삼도록 한 사실에서도 확인할 수 있다.

이처럼 조선시대에 목욕은 공공의료의 한 방법으로 활용하였으며, 나아가 하나의 통치수단의 하나로 사용되기도 하였다.

#### 4. 맺음말

본고에서 선행연구결과를 바탕으로 조선사회에서 ‘목욕’이 의학적으로 어떻게 사용되고 인식되었는지를 조선왕조실록과 조선시대 통행 의서를 중심으로 고찰하였다. 당시 목욕은 질병의 예방, 치료에 사용되었으며 일반적인 질병 치료 방법과 같이 부작용에 대한 인식도 갖추어져 있었다. 아울러 국가차원에서 백성들의 질병치료를 위해 목욕을 공공의료의 한 방법으로 활용하였다는 사실도 함께 확인할 수 있었다.

우선, 목욕은 질병 예방의 방법으로 사용되었다. 그 대표적인 예가 갓난아기의 목욕법으로 피부질환 및 경기를 예방하는 것이다. 조선의 의서뿐만 아니라 현존하는 가장 최초의 처방기록인 『五十二病方』에도 약재를 푼 물에 아이를 씻겨 부스럼을 예방하는 방법이 실려 있다.

목욕이 의료 행위로서 가장 활발하게 사용된 부분은 역시 질병 치료였다. 그 중 조선왕실에서 많이 활용하였던 질병은 피부질환, 안질, 四肢의 통증과 마비[風痺], 전염성 질환 등이었다. 이 가운데 가장 널리 사용된 질환은 피부질환이었는데, 특히 종기, 소양증, 대풍창 치료에 집중적으로 이용되었다. 세조, 영조, 태종, 현종, 숙종 등은 원인을 알 수 없는 가려움증 및 종기에 온천욕이나 약재목욕을 시행하였다. 한의학에서는 이런 피부 가려움증을 熱이나 燥에 의해 생겨난다고 보기 때문에 윤택하게 하여 피부의 燥邪를

82) 『世祖實錄』卷39, 世祖12年(1466) 6月 3日(壬寅).

83) 『世祖實錄』卷41, 世祖13年(1467) 1月 28日(乙未).

누그러뜨리거나 시원한 성질의 약재로 발산시켜 熱邪를 날려버리는 치법을 주로 사용한다. 목욕 역시 이러한 효능을 발휘한다고 인식하였다.

眼疾은 세종, 광해군, 현종, 숙종이 크게 고생을 했던 병증이며, 이들 모두는 목욕 치료로 이를 치료하려고 하였다. 한의학에서는 눈에도 땀구멍이 있다고 보기 때문에 眼疾에 목욕으로 發汗을 시키는 방법을 사용할 수 있다고 보았다.

風證은 세종, 문종, 단종, 명종, 광해군, 선조 등 모든 왕대에 한번쯤 등장하는 병이다. 이들이 앓았던 風病은 주로 팔다리의 통증이나 마비감을 보이는 風痺證이다. 풍비를 치료하기 위한 목욕 치료에는 주로 뽕나무 뿌리가 활용되었는데, 일반 병증 치료에 가치를 잘라 볶아 탕제로 복용하는 일반적인 방법과 부위상에 차이가 있다.

전통의학에서 외부의 邪氣에 감축되어 발생하는 대표적인 질환이 바로 전염성 질환이다. 따라서 이 역시 발산시키는 효과가 있는 치료법들을 사용하였으며 목욕 요법 역시 이에 해당한다. 목욕물에 넣어 쓰는 복숭아나 무가지나 측백나무가지 등은 사특한 기운을 쫓는 辟邪의 의미를 담고 있다. 한편, 유행성 감기에는 조각 달인 물로, 유행병 뒤에 눈이 어지러운 증상에는 모과 상기생을 달인 물로 목욕하면 매우 좋다는 기록도 볼 수 있다.

목욕에 부작용을 주목했다는 사실은 목욕을 온전한 치료 방법으로 인식했다는 중요한 근거이다. 세조는 온탕을 효력 있게 이용하는 절목을 내리기도 하였고, 또한 몇몇 왕들은 시절과 병세를 악화시킬 수 있다는 이유로 여러 대신들에게 온수로 목욕하는 것을 금할 것을 상소로 받기도 하였다. 목욕이 몸의 津液을 소모시켜 元氣를 손상시킬 수 있으며, 그 틈을 타서 風寒의 外邪가 들어 올 수 있음을 경고한 것이다.

주목해야할 점은 조선시대에 백성들의 병치료를 위한 국가 차원의 공공의료로서 목욕이 적극 활용되었었다는 점이다. 특히 세종과 문종의 시책을 눈여겨볼만 하다. 세종은 목욕의 치료효과와 올바르게 목욕하는 법에 대하여 꾸준히 관심을 가지고 ‘목욕하는 법’을 수집하는 한편, 성균관 학생들이 습질에 걸리는 일이 많다는 말을 듣고 이곳에 목욕이설을 갖추게 하였다.

또 東活人院에 있는 汗蒸沐浴室을 수리하여 한증목욕실 세 곳을 더 짓고 石湯子를 설치하도록 하였으며, 진라도 무장현의 염전에 목욕간을 짓게 하였다. 세종대 濟州 安撫使는 나병 치료를 목적으로 '목욕하는 기구'를 만들어 醫生과 중들로 하여금 이런 이들을 바닷물로 치료하여 감독하고 치료하게 하기도 했다.

문종대에는 제주에 대풍창이 많이 있었는데, 苦蔘元을 먹이고 바닷물에 목욕을 시켜서 나병 환자들을 집단적으로 치료하였다. 또한 문종1년(1451)에는 당시 유행하던 惡疾에 대하여, 藥劑나 鍼灸만으로는 부족하다하여 '沐浴蒸熨之法' 즉, 목욕찜질이라 할 수 있는 치료법을 개성부의 지원을 통해 活民院에서 치료받도록 하였다.

이상의 논의를 통해 목욕이 왕 자신의 질병뿐만 아니라 백성들의 질병을 국가적인 차원에서 담보하기 위한 공공의료의 수단으로 활용되었음을 알 수 있었다. 이는 목욕이 조선시대에 중요한 치료 수단일 뿐만 아니라 통치 수단의 하나로 사용되기도 하였음을 의미한다.

## 參 考 文 獻

- 錦里山人(안상우 외 역), 『(국역)宜彙 I』, 한국한의학연구원, 2009.
- 錦里山人(안상우 외 역), 『(국역)宜彙 III』, 한국한의학연구원, 2009.
- 錦里山人(안상우 외 역), 『(국역)宜彙 IV』, 한국한의학연구원, 2009.
- 미상(안상우 외 역), 『(국역)意方合部 I』, 한국한의학연구원, 2007.
- 미상(안상우 외 역), 『(국역)意方合部 II』, 한국한의학연구원, 2007.
- 汪昂, 『本草備要』(本草名著集成, 華夏出版社, 1998)
- 劉爾泰(안상우 외 역), 『(국역)實驗單方』, 한국한의학연구원, 2010.
- 俞孝通 외(경희대학교 한의대 제48기졸업위원회 편), 『(새천년)鄉藥集成方』, 정담, 2000.
- 李石澗(안상우 외 역), 『(국역)李石澗經驗方』, 한국한의학연구원, 2010.
- 李麟宰(안상우 외 역), 『(국역)袖珍經驗神方 I』, 한국한의학연구원, 2008.
- 李鎭泰(안상우 외 역), 『(국역)丹谷經驗方 I』, 한국한의학연구원, 2007.
- 李昌雨(안상우 외 역), 『(국역)壽世祕訣 II』, 한국한의학연구원, 2007.
- 許浚(윤석희 외 역), 『(對譯)東醫寶鑑』, 동의보감출판사, 2006.
- 김두중, 『韓國醫學史(全)』, 탐구당, 1981.
- 김성수, 「朝鮮前期 痘瘡 流行과 『瘡疹集』」, 『한국한의학연구원논문집』 제 16집 1호, 2010.
- 김일환, 「조선시대 온양 행궁의 건립과 변천과정」, 『순천향 인문과학논총』 제21집, 2011.
- 김정선, 「조선시대 왕들의 질병치료를 통해 본 의학의 변천」, 서울대학교 대학원, 박사학위논문, 2005.
- 김훈, 「朝鮮時代 임금들의 溫泉浴과 疾病」, 『한국의사학회지』 제14집 1호, 2001.
- 안옥희 · 김학민 · 김현지, 「옛문헌을 통해 본 한국인의 목욕의식」, 『한국생활과학학회지』 제13집 2호, 2004.
- 이승녕, 「세종의 전지요양에 대하여 -특히 온천과 냉천의 요양을 중심으로」, 『어문연구』 제13집 1호, 1975.

- 이왕무, 「조선후기 국왕의 溫幸 연구 -온행등록을 중심으로-」, 『장서각』 제 9집, 2003.
- 조효순, 「우리나라 沐浴의 풍속사적 研究」, 『한국복식학회지』 제16집, 1991.
- 최정희, 『한국불교전설99』, 우리출판사, 1996.
- 三木榮, 『(補註)朝鮮醫學史及疾病史』, 思文閣出版, 1991.
- 孫思邈, 『備急千金要方校釋』, 人民衛生出版社, 1998.
- 嚴健民, 『五十二病方注補譯』, 中醫古籍出版社, 2005.
- 汪昂, 『本草名著集成 本草備要』, 華夏出版社, 1998.
- 龍伯堅 編, 『黃帝內經集解』, 天津科學技術出版社, 2004.
- 李時珍, 『本草綱目』, 人民衛生出版社, 1980.
- 조선왕조실록DB. <http://sillok.history.go.kr/main/main.jsp>(검색일 : 2012. 8. 16)

## 감사의 글

본 연구는 2012년도 한국한의학연구원 ‘한의문헌 창의적 해석을 통한 미래지식보감 구축’(K12110)의 지원을 받아 수행되었습니다.

## Abstract

---

### A study on the bathing therapy utilized for disease treatment and public medical services of the Joseon Dynasty

Ku Hyunhee, Oh Junho

This study examined medical use and awareness of 'bathing therapy' in the Joseon Dynasty, centering around the annals and medicinal books of the Joseon Dynasty. At that time, bathing was regarded as an active method to treat a disease, and many historical materials about it are still remaining. According to researches performed in this study, bathing was used to prevent and treat diseases, and awareness of its adversary effects was also recognized. Furthermore, it was demonstrated that the Joseon Dynasty utilized bathing as a tool for public medical service, to treat diseases of the people at the national level.

Bathing for babies to prevent skin diseases and convulsions was a representative case in which bathing was utilized as a tool to prevent a disease. 『五十二病方 (Fifty-two kinds of Diseases)』, the oldest prescription record existing in Korea, also contains a preventive method using bathing therapy. According to this, to prevent a boil, a baby is washed with water where medicinal materials have been added. Bathing was used mostly to treat diseases. Royal families of the Joseon Dynasty used to utilize bathing for the purpose of treating diseases such as skin diseases, eye diseases, limb pain, paralysis, and contagious diseases. Besides, bathing sometimes caused adversary effects because it was not practiced properly according to the season, climate, and symptoms. The main focus of this study is that the Joseon Dynasty utilized the bathing therapy to enhance health of the people. This indicates that bathing was used not only as a tool for

curing diseases of a king but also as a means of public medical service at the national level.

**Key Words** : bathing therapy, traditional medicine, Korea medicine, public medical services