동의신경정신과 학회지 제22권 제2호(2011년 6월)
J. of Oriental Neuropsychiatry 2011;22(2):177-198

불면 처방에 관한 문헌고찰 - 東醫寶鑑 夢門을 중심으로

박보라, 박인숙, 강형원, 류영수

원광대학교 한의과대학 한방신경정신과 교실

The Literature Review on Medications of Insomnia in Chapter Mong(夢) of Donguibogam

Bo-Ra Park, In-Sook Park, Hyung-Won Kang, Yeong-Su Lyu

Dept. of Neuropsychiatry, College of Oriental Medicine, Won-Kwang University

Abstract

Objectives :

By analyzing and comparing indications, components and their doses of herb medicines, which were recorded in insomnia chapters of medical books, we examined historical changes and made clear documentary ground of medications.

Methods :

1. 10 books which were noted in insomnia part of 『The Eastern Medical Textbook of neuropsychiatry』 and 13 books were mentioned in same part of 『Uibujeonrok』 were selected as reference.
2. We searched article database such as KISS, riss4U and journals issued by the Korean society of oriental neuropsychiatry. Finally, 39 books which were noted in 3 literature reviews, were chose as reference.
3. In reference books, we collected the herb medicines in chapters related to insomnia.
4. In case of no section associated with insomnia in books, we found prescriptions related to insomnia in whole chapters.
5. If the chief virtue of medication was not primarily for insomnia, we excluded applied or added herb medicines.
6. We classified prescriptions into small groups which had same name, and then rearranged them in chronological order.

Results and Conclusions :

1. *Banha-tang*(*banxiatang*) of 『Hwangjenaegyeong · Youngchu』 was the first-recorded prescription used for insomnia.
2. The chapter of insomnia appeared in 『Chunkeumyobang』 at first.
3. *Ondam-tang*(*Wendantang*) was most cited prescription in medical books. It was recorded totally 19 books from 『Chunkeumyobang』 to 『Hyeoljeungron』.
4. We suspects indications, components, dosage of medication of insomnia in Donguibogam were revised according to author's clinical experience and circumstances.

Key Words :

Insomnia, Herb medicine, Literature study

투고 : 2011. 05. 11. 수정 : 2011. 06. 08. 채택 : 2011. 06. 13.
교신저자 : 류영수, 전북 전주시 덕진구 덕진동2가 142-1번지 원광대학교 부속 전주한방병원 한방신경정신과
Tel) 063-270-1021, Fax) 063-270-1594, E-mail) yslyu@wonkwang.ac.kr
이 논문은 2009년 12월 원광대학교 일반대학원 한의학과 신경정신과학 전공 석사학위 논문임

Ⅰ. 서 론

불면은 잠들기 힘들거나 깊이 잠들지 못하고 자주 깨어나는 증상을 말하는 것으로, 入眠困難, 睡眠 중의 반복되는 覺醒常態, 早朝覺醒, 잠에서 깨어 다시 잠들기 힘든 것 모두 불면의 범주에 포함된다고 할 수 있다[1].

현대사회에서는 정신적 사회적 혼란으로 인한 스트레스가 증가하면서 불면을 호소하는 환자도 점차 늘어가는 추세이다. 최근 통계에 따르면 성인의 30~40% 정도가 한 해에 한번 이상은 불면증을 경험하며, 그 중 10~15%정도는 한 달 이상 지속되는 만성불면증에 시달린다[2].

한의학에서는 불면에 대하여 고전에 失眠, 不寐, 少寐, 無眠, 少睡, 不得臥, 不得眠으로 기록하고 있는데[1], 『黃帝內經』[3,4]에서부터 불면의 病因病機 및 치료에 관하여 언급하기 시작하였고, 이후 역대 많은 의가들이 불면의 病機와 證候를 분류하고 方藥을 제시하였다[1].

서양의학에서는 임상에서 불면증세를 호소하는 환자에게 일차적으로 수면제를 처방한다. 이런 경우 불면증의 만성화를 막고, 스트레스로 인한 불면을 완화시킨다는 장점이 있으나, 정상적인 수면단계에 변화를 가져와 수면의 질을 저하시키고, 주간활동에 지장을 초래하며, 약물의존성을 발생시킨다는 점에서 심각한 부작용을 지니고 있다[2].

최근 불면에 대한 한의학적 치료로는 辨證을 근거로 한약, 침 치료와 수면환경교정 및 향기치료, 이침치료, 기공치료, 약침치료 등의 다양한 방법들이 병행되고 있다[1,5,6].

불면에 대한 최근 연구로는 三黃瀉心湯[7], 酸棗仁湯[8] 등의 약물치료, 이침[9,10] 또는 약침치료[5,6], 이완요법 효과[11,12]에 관한 임상연구와 침구치료[13,14], 『黃帝內經』의 病因[15], 病因病機 및 治方에 관한 고찰[16,17], 동서의학 고찰[18,19] 등의 문헌연구가 있었으나 불면 처방에 관한 서적별 비교연구는 미비한 실정이다.

이에 저자는 『東醫寶鑑』 夢門의 불면처방들을 『黃帝內經』이후로 여러 醫書에 기재된 동명의 처방 主治와 구성 및 약물용량을 시대별로 비교, 분석하여 변화과정을 고찰함으로써 처방의 출전 규명과 문헌적 근거를 제시하고, 증상에 따른 변증과, 변증에 따른 처방의 분류 연구를 통해 임상적 응용을 위한 자료로 활용하고자 한다.

Ⅱ. 자료 및 연구 방법

1. 연구 자료

2007년 편찬된 한방신경정신과학회의 기본 교재인 『한의신경정신과학』의 불면 항목과, 대성문화사에서 1986년 발행된 『圖書集成 醫部全錄』의 不眠門, 그리고 기존의 불면 문헌 연구 논문에서 인용된 서적을 기본 자료로 하였다.

2. 연구 방법

1) 『한의신경정신과학』의 수면장애에서 불면 부분에 언급된 10종 醫書를 참고문헌으로 선정하였다.

2) 『醫部全錄 不眠門』에 언급된 13종 醫書를 참고문헌으로 선정하였다.

3) 한국학술정보 데이터베이스(KISS), 학술연구정보서비스(riss4u), 동의신경정신과 학회지에서 不眠, 不得臥, 不寐, 失眠을 검색어로 하여 문헌검색을 하였으며, 검색된 42편의 논문 중에서 양방 및 한방 임상연구 논문 36편, 침치료 및 病因에 관련된 연구논문 3편은 제외하고, 불면 처

방에 관련된 문헌연구 논문 3편[16-18]만을 선정한 후 여기에서 언급된 39종의 醫書를 참고문헌으로 선정하였다.

4) 검색된 논문의 참고문헌들 중 1900년 이후 서적들은 제외하였다.

5) 처방의 출전이 표시된 서적의 경우는 그 서적을 찾아 역추적하였고, 출전과정 조사 중 8종의 참고문헌을 추가하였다.

6) 자료별 참고문헌 목록에서 중복된 것을 제외하고, 49개의 서적에서 不得眠, 不眠, 不得臥, 不寐, 不得睡 등 불면 관련 증상이 기록된 門이나 篇에서 동의보감의 동명 처방을 수집, 정리하였다.

7) 불면 관련 증상이 기록된 門이나 篇이 따로 없는 경우에는 主治에 불면 관련 증상이 있는 처방을 서적 전체에서 찾아서 정리하였다.

8) 각 서적에서 발췌한 처방들을 서적의 연대별로 정리하여 비교하였다.

*자료별 참고문헌 목록

연구자료	참고문헌
한의신경정신과학 수면장애 중 不眠門	영추, 금궤요략, 상한론, 제병원후론, 천금방, 보제본사방, 증치요결, 의종필독, 경악전서, 석실비록
醫部全錄 不眠門	영추, 금궤요략, 천금방, 활인서, 하간육서, 동원십서, 증치요결, 의학입문, 의종필독, 상한육서, 의문법률, 경악전서, 석실비록
문헌연구논문	소문, 영추, 침구갑을경, 주후비급방, 중경전서, 금궤요략, 난경, 천금요방, 제병원후론, 외대비요, 태평성혜방, 성제총록, 활인서, 상한삼육서, 유문사친, 동원십종의서, 위생보감, 단계심법, 증치요결, 단계심법부여, 의학입문, 만병회춘, 수세보원, 의종필독, 동의보감, 의문법률, 경악전서, 의문보감, 의편, 임증지남의안, 변증기문전서, 의학심오, 보제방, 유증치재, 서영태의학전집, 석실비록, 제중신편, 혈증론, 증치개요.
출전과정 조사 중 추가된 문헌	화제국방, 삼인방, 이간방, 부인대전양방, 제생방, 세의득효방, 의학정전, 증치준승

3. 기술 방법

1) 문헌명은 모두 『 』를 덧붙여 본문 내용과 구분하였다.

2) 참고문헌에서 처방에 대한 내용은 본론에서 표로 정리하였으며 해설을 덧붙였다.

3) 참고문헌에 처방의 출전이나 기원이 기재된 경우에는 원문 그대로 출전으로 통일하여 기재하였다.

4) 본문에서 참고한 서적의 쪽수는 참고문헌 목록에서 서적별로 표시하였다.

5) 참고문헌의 처방에 출전이나 기원이 기록된 경우에는 출전으로 통일하여 기재하였다.

6) 참고문헌에서 불면 관련문이 따로 분류되어 있지 않아 서적 전체에서 불면 처방을 조사한 경우에는 본론의 표에 불면관련 처방이 기재된 門이나 篇을 비고로서 표기하였다.

Ⅲ. 처방분석

1. 加味溫膽湯

서적명	내용
古今醫鑑	주치 : 治病後虛煩不得臥 及心膽虛怯 觸事易驚 短氣悸乏 或復自汗 幷治 구성 : 半夏 七錢 竹茹 枳實 各三錢 陳皮 四錢半 白茯苓去皮 甘草炙 二錢二分半 加 酸棗仁 炒遠志肉 五味子 熟地黃 人蔘
萬病回春	주치 : 治病後虛煩不得臥 及心膽虛怯 觸事易驚 短氣悸乏 구성 : 半夏 三錢半 竹茹 枳實 各一錢半 茯苓 甘草 各一錢一分 酸棗仁炒 遠志 五味子 人蔘 熟地黃 各 一錢 薑棗煎服 비고 : 卷上 傷寒總論 虛煩門
東醫寶鑑	주치 : ○ 治心膽虛怯 觸事易驚 夢寐不祥 虛煩不得睡 ○ 心肝氣血虛者尤宜服之 ○ 勞心膽冷 夜臥不睡 구성 : 半夏三錢半 陳皮二錢二分 竹茹 枳實各一錢半 酸棗仁炒 遠志 五味子 人參 熟地黃 白茯苓 甘草各一錢. 복용법 : 右剉 分作二貼 薑五片 棗二枚 水煎服. 출전 : 回春
醫門寶鑑	주치 : 治心膽虛怯觸事易驚涎與氣搏變生諸症 구성 : 香附子 二錢四分 橘紅 一錢二分 枳實 半夏 竹茹 各 八分 人蔘 白茯苓 柴胡 麥門冬 桔梗 各六分 甘草 四分 薑三片 棗二枚
濟衆新編	주치 : 治心膽虛怯 觸事易驚 夢寐不祥 虛煩不得睡 구성 : 半夏三錢半 陳皮二錢二分 竹茹 枳實各一錢半 酸棗仁炒 遠志 五味子 人參 熟地黃 白茯苓 甘草各一錢. 복용법 : 右剉 分作二貼 薑五片 棗二枚 水煎服 출전 : 寶鑑
해설	溫膽湯의 加味方으로서 원출전은 알 수 없다. 『東醫寶鑑』의 처방은 『萬病回春』 虛煩門의 加味溫膽湯에서 출전하였다. 주치는 세 처방 모두 공통적으로 "心膽虛怯 觸事易驚"이며, 『東醫寶鑑』에는 그 외에도 "心肝氣血虛 勞心膽冷"의 주치가 있다. 『古今醫鑑』과 『萬病回春』을 비교하면 주치는 동일하나 용량에 차이를 보인다. 『醫門寶鑑』은 다른 서적들과 처방구성이 약간 다르다.

2. 高枕無憂散

서적명	내용
古今醫鑑	주치 : 治心膽虛怯 晝夜不睡 百方無效 服此一劑如神 구성 : 人參(五錢) 軟石膏(三錢) 陳皮 半夏(姜汁浸炒) 白茯苓 枳實 竹茹 麥門冬 龍眼肉 甘草(各錢半) 酸棗仁(炒一錢)
萬病回春	주치 : 治心膽虛怯 晝夜不睡 구성 : 陳皮 半夏薑製 白茯苓去皮 枳實麩炒 竹茹 麥門冬去心 龍眼肉 石膏 各 一錢半 人蔘五錢 甘草 一錢半 출전 : 醫鑑
東醫寶鑑	주치 : 治心膽虛怯 晝夜不睡 百方不效 服此如神 구성 : 人參五錢 石膏三錢 陳皮 半夏 白茯苓 枳實 竹茹 麥門冬 龍眼肉 甘草 各一錢半 酸棗仁炒 一錢 출전 : 醫鑑
壽世保元	주치 : 一論心膽虛弱 晝夜不眠 百方無效 服此如神 구성 : 人蔘五錢 軟石膏三錢 陳皮 半夏薑炒 白茯苓去皮 枳實麩炒 竹茹 麥門冬去心 酸棗仁炒 甘草各一錢五分
해설	출전은 『古今醫鑑』이다. 『古今醫鑑』, 『萬病回春』, 『壽世保元』이 모두 저자가 동일하나 『壽世保元』의 주치는 '治心膽虛怯'이 아닌 '痰多少睡 心身不足'으로 차이가 있다. 구성 및 약물용량은 거의 동일하다.

3. 獨活湯

서적명	내용
本事方	주치 : 治肝經因虛內受風邪 臥則魂散而不守 狀若驚悸 구성 : 獨活(黃色如鬼眼者 去蘆 洗 焙 秤) 羌活(去蘆) 防風(去鉸股) 人參(去蘆) 前胡(去苗 淨洗) 細辛(華陰者去葉) 五味子(揀) 沙參 白茯苓(去皮) 半夏曲 酸棗仁(微炒 去皮 研) 甘草(各一兩 炙) 복용법 : 上爲粗末 每服四大錢 水一盞半 生薑三片 烏梅半個 同煎至八分 去滓 不拘時候
醫學綱目	주치 : 治肝經因虛內受風邪 臥則魂散而不守 狀若驚悸 구성 : 獨活 羌活 人參 前胡 細辛 半夏 五味子 沙參 白茯苓 酸棗仁 甘草(各一兩) 복용법 : 上爲粗末 每服四大錢 水一盞半 薑三片 烏梅半個 同煎至七分 去渣 不拘時候 출전: 本事
赤水玄珠	주치 : 肝虛內受風邪 臥則寬散而不守 狀若驚悸 구성 : 獨活 羌活 人參 前胡 細辛 半夏 五味子 沙參 茯苓 酸棗仁 甘草 各一兩 출전 : 許學士
東醫寶鑑	주치 : 治神魂不寧 驚悸不得睡 구성 : 獨活 羌活 人參 前胡 細辛 半夏 沙參 五味子 白茯苓 酸棗仁炒 甘草各七分 복용법 : 右剉 作一貼 薑三片 烏梅一箇 水煎服. 출전 : 本事
醫門寶鑑	주치 : 治神魂不寧驚悸不睡 구성 : 獨活 羌活 人蔘 前胡 細辛 半夏 沙蔘 五味子 白茯苓 酸棗仁炒 甘草 各 七分 生薑 三片 烏梅 一箇 출전 : 本事
類證治裁	주치 : 肝虛受邪 夢中驚悸 魂不守舍 구성 : 羌活 獨活 茯苓 半夏 人蔘 細辛 甘草 前胡 沙蔘 棗仁 烏梅 生薑 용량이 기재되어 있지 않음.
해설	『本事方』에서 유래된 처방이다. 『本事方』, 『醫學綱目』, 『赤水玄珠』『類證治裁』에서의 주치는 "肝經因虛內受風邪"로 동일하고, 『東醫寶鑑』, 『醫門寶鑑』에서는 "神魂不寧 驚悸不得睡"라고 하여 약간의 차이가 있다.

4. 半夏湯

서적명	내용
靈樞	주치 : 陽氣盛則陽蹻陷不得入於陰 陰虛 구성 : 半夏 五合 秫米 一升 비고 : 邪客篇
醫學綱目	주치 : 半夏湯 治不得臥 乃去飮之劑也. 구성 : 秫米一升 半夏五合 출전 : 內經
聖濟總錄1	주치 : 治虛勞發煩不得眠 半夏湯方 구성 : 半夏(湯洗去滑七遍炒乾二兩) 白茯苓(去黑皮四兩) 糯米(炒黃一合) 복용법 : 右三味 粗搗篩 每服五錢匕 以東流水一盞半 生姜半分拍碎 煎至 一盞 去滓空腹 溫服日二
聖濟總錄2	주치 : 治營衛俱傷 虛煩不得眠 구성 : 半夏(湯洗七遍去滑) 白茯苓 (去黑皮各三分) 酸棗仁(湯浸去 皮炒二兩) 麥門冬(去心焙) 甘草炙桂(去粗皮) 黃芩(去黑心) 遠志(去心) 葶藶 (剉炒) 人參 各半兩 복용법 : 上一十味 粗搗篩 每五錢匕 先以東流水二盞 煮秫米一合 令蟹 目沸 卽下藥, 入生姜半分拍碎 煎至一盞 去滓空心分溫二服 相次服之
類證治裁	주치 : 陰虛故目不瞑 補其不足 瀉其有餘 調其虛實 以通其道而去其邪 구성 : 半夏五合 秫米一升
해설	『醫學綱目』, 『類證治裁』의 半夏湯은 『黃帝內經 · 靈樞』의 半夏湯이 출전이다. 『聖濟總錄』의 2개의 半夏湯 중 1번 半夏湯은 『外臺秘要』의 流水湯이 출전으로 보여지며, 2번 半夏湯은 처방구성이 많이 달라 同名의 다른 처방으로 보여지며 출전은 알 수 없다.

5. 『備急千金要方』 酸棗湯이 출전인 酸棗仁湯과 酸棗湯

서적명	내용
備急千金要方	주치 : 治虛勞煩擾 奔氣在 胸中不得眠方 구성 : 酸棗人三升 人參 桂心 生薑各二兩 石膏四兩 茯苓 知母各三兩 甘草一兩半
聖濟總錄 2	주치 : 治傷寒汗後 虛煩不得眠睡 酸棗仁湯方 구성 : 酸棗仁(微炒二兩) 人參(一兩) 石膏(碎半兩) 赤茯(去黑皮三分) 桂(去粗皮半兩) 知母(切焙) 甘草(炙各半兩) 복용법 : 上七味 粗搗篩 每服五錢匕 水一盞半 煎至八分 去滓溫服不拘時
聖濟總錄 3	주치 : 治虛勞煩擾 氣奔胸中 不得眠 酸棗仁湯方 구성 : 酸棗仁(湯浸去皮炒別研) 石膏(各一兩) 桂(去粗皮) 人參(各半兩) 甘草(炙剉一分) 知母(剉焙) 白茯苓(去黑皮各三分) 복용법 : 入生姜半分拍碎 煎至一盞
醫學入門	주치 : 晝夜不眠 堪救 구성 : 酸棗仁 人蔘 各一錢半 石膏 二錢半 茯苓 知母 甘草 各一錢 桂心 五分 薑三片
東醫寶鑑	주치 : ○ 但獨熱者 虛煩也, 起臥不安 睡不穩 謂之煩 ○ 治虛煩不睡 及傷寒吐下後 虛煩不睡 구성 : 石膏二錢半 酸棗仁炒 人參各一錢半 知母 赤茯苓 甘草各一錢 桂心五分 薑三片 水煎服 출전 : 入門
해설	출전은 『備急千金要方』의 酸棗湯이다. 처방구성은 거의 동일하나 약물용량은 많은 차이를 보인다.

6. 『萬病回春』이 출전인 酸棗仁湯

서적명	내용
萬病回春	주치 : 治多睡及不睡 구성 : 酸棗仁和皮微炒 人蔘去蘆 白茯苓去皮 各等分
東醫寶鑑	주치 : 治不睡及多睡 구성 : 酸棗仁微炒 人參 白茯苓各等分 출전 : 醫鑑
醫門寶鑑	주치 : 治不睡及多睡 구성 : 酸棗仁微炒 人蔘 白茯苓 各等分 출전 : 醫鑑
濟衆新編	주치 : 治不睡及多睡 구성 : 酸棗仁微炒 人參 白茯苓各等分 출전 : 寶鑑
해설	『東醫寶鑑』과 『醫門寶鑑』에서는 출전을 『古今醫鑑』이라 밝히고 있으나 『古今醫鑑』 不寐門에서는 酸棗仁湯을 찾을 수 없고, 같은 저자가 편찬한 『萬病回春』의 不寐門에 酸棗仁湯이 있다. 주치 및 처방구성, 약물분량이 동일하다.

7. 寧志膏

서적명	내용
和劑局方	주치 : 心臟虧虛 精神不守 恐怖驚惕 常多恍惚 易于健忘 睡臥不寧 구성 : 酸棗仁炒 人蔘 一兩 辰砂 半兩 乳香 一分 비고 : 卷之五 淳佑新漆方
婦人大全良方	주치 : 治婦人失血過多 心神不安 言語失常 不得睡 구성 : 辰砂研 酸棗仁炒 人蔘 白茯神 琥珀 各一分 滴乳 一錢 비고 : 卷之三 婦人失血過多心神不安方論第十一
丹溪心法附餘	주치 : 治婦人失血過多 心神不安 言語不常 不得睡臥 구성 : 辰砂研 酸棗仁炒 人蔘 白茯神去木 琥珀各七錢半 滴乳香一錢研 복용법 : 上爲末 和匀 每服一錢 濃煎灯心棗子湯 空心調下 一方無茯神琥珀 蜜丸如彈子大 薄荷湯 化下一丸 출전 : 大全良方 비고 : 癲狂門
東醫寶鑑 1	주치 : 治虛煩不得睡 或夢涉危險 睡臥不寧 구성 : 酸棗仁炒二兩 人參一兩 朱砂五錢 乳香二錢半. 복용법 : 右爲末 煉蜜和丸彈子大 每一丸溫酒化下 大棗湯亦可 출전 : 局方
東醫寶鑑 2	주치 : 婦人失血過多 心神不安 不得睡臥 구성 : 朱砂 酸棗仁炒 人參 白茯神 琥珀各七錢半 乳香二錢 복용법 : 右爲末 每一錢 燈心棗子 煎湯調下 출전 : 良方
해설	출전은『和劑局方』이다. "婦人失血過多 心神不安"에 白茯神, 琥珀 등이 더 가미된 것이 보이며 ,처방구성은 대체로 유사하나 약물용량은 문헌마다 많은 차이를 보인다.

8. 溫膽湯

서적명	내용
備急千金要方	주치 : 治大病後虛煩不得眠 此膽寒故也 구성 : 半夏 竹茹 枳實各二兩 橘皮三兩 生薑四兩 甘草一兩 복용법 : 右六味咬咀 以水八升 煮取二升分三服
外臺秘要	주치 : 溫膽湯 療大病後 虛煩不得眠 此膽寒故也 구성 : 生薑四兩 半夏二兩(洗) 橘皮三兩 竹茹二兩 枳實二枚(炙) 甘草一兩(炙) 복용법 : 右六味 切 以水八升 煮取二升 去滓 分三服. 忌羊肉 海藻 菘菜 餳 출전 : 集驗
聖濟總錄	주치 : 治膽寒虛煩不得眠. 溫膽湯方 구성 : 半夏(湯洗七遍焙干) 竹茹 枳實(去瓤麩炒各二兩) 陳橘皮(湯浸去白焙三兩) 甘草(炙一) 복용법 : 上五味 粗搗篩 每服五錢匕 以水一盞半 入生薑半分切 煎取 七分 去滓溫服
三因方	주치 : 治大病後虛煩不得眠 此膽寒故也 구성 : 半夏 竹茹 枳實各二兩 陳皮三兩 炙甘草一兩 茯苓 一兩半 복용법 : 上爲剉散 每服四大錢 水一盞半 薑五片 棗一枚 煎七分 去滓 食前服 비고 : 卷之九 虛煩論治
易簡方	주치 : 治大病後虛煩不得睡 구성 : 半夏 枳實 各一兩 橘紅 一兩半 甘草 四錢 茯苓 三分 薑七片 棗一枚 竹茹 一塊 비고 : 校正注方眞本易簡方論
丹溪心法附餘	주치 : 治傷寒後 一切病後 虛煩不得睡臥 兼治心膽虛怯 구성 : 半夏 枳實去穰各一兩 橘紅一兩半 茯苓五錢半去皮 甘草四錢炙 복용법 : 上咬咀 每服四錢 水一種半 生薑七片 棗一枚 竹茹一塊煎七分 令去滓 食前 熱服 출전 : 易簡方 비고 : 傷寒門
證治要訣	주치 : 自驚悸以后諸證 亦可用溫膽湯加減 同金銀煎 구성 : 半夏 陳皮 茯苓 枳實 各 一兩 甘草 四錢 薑七片 棗一枚 竹茹半 加 南星 炒酸棗仁 各 半錢 출전 : 易簡

醫學綱目	주치 : 溫膽湯 治大病後後 虛煩不得眠 兼治驚悸 구성 : 半夏湯洗 竹茹 枳實炒 各二兩 橘皮 二兩 去白 甘草炙 一兩 白茯苓 一兩五錢 복용법 : 上爲銼散 每服四大錢 水一盞半 薑五片 棗一枚 煎七分去渣 食前服
醫學入門	주치 : 治傷寒瘥後 一切虛煩不眠 其脈不和 心膽虛怯 及食復勞役病 證如初 如頭眩身搖 加白朮 咽痛 加桔梗 百般 加減 由人 구성 : 半夏 枳實各一錢 陳皮一錢 茯苓五分半 甘草四分 竹茹一團 薑七片 棗一枚
古今醫鑑 1	주치 : 不寐 痰者 구성 : 溫膽湯減竹茹一半 加南星 炒酸棗仁 비고 : 減竹茹一半 加南星 炒酸棗仁
古今醫鑑 2	주치 : 治大病虛煩不得眠 此膽寒也 依本方 加人參 茯神 遠志尤良 구성 : 半夏 七錢 竹茹 枳實 各 三錢 陳皮 四錢半 白茯苓 炙甘草 二錢二分半 薑棗 또는 加 酸棗仁 炒 遠志肉 五味子 熟地黃 人蔘
東醫寶鑑 1	주치 : 大病後 虛煩不睡 구성 : 기재되어 있지 않음. 출전 : 入門
東醫寶鑑 2	주치 : 治心膽虛怯 觸事易驚 夢寐不祥 虛煩不得睡 구성 : 半夏 陳皮 白茯苓 枳實各二錢 靑竹茹一錢 甘草五分 복용법 : 右剉 作一貼 薑五片 棗二枚 水煎服 출전 : 醫鑑
東醫寶鑑 3	주치 : 如痰在膽經 神不歸舍而不寐者 구성 : 溫膽湯 加南星 酸棗仁炒 출전 : 醫鑑
壽世保元	주치 : 有痰在膽經 神不守舍 亦令不寐 구성 : 半夏(湯泡七錢) 竹茹 枳實(麩炒各三錢) 陳皮(四錢半) 白茯苓(去皮二錢五分) 甘草(炙二錢五分) 복용법 : 上銼 分二劑 薑 棗煎服 一方 加酸棗仁炒 遠志去心 五味子 熟地黃 人參各等分 비고 : 減竹茹一半 加南星 炒酸棗仁
景岳全書	주치 : 痰飮不寐 구성 : 陳皮 一兩五錢 半夏(湯炮) 枳實 竹茹 各一兩 茯苓 七錢 炙甘草 四錢 生薑七片 棗一枚 출전 : 三因方
醫宗必讀	주치 : 治心膽虛怯 觸事易驚 或夢寐不祥 心驚膽懾 氣鬱生涎 或短氣 或自汗 구성 : 半夏(湯洗) 枳實 竹茹(各一兩) 橘皮(兩半 去白) 甘草(炙 四錢) 白茯苓(七錢) 痰滯 加南星 酸棗仁 雄黃末 복용법 : 每服五錢 水一碗 薑七片 棗一枚 煎服
醫門寶鑑	주치 : 治心膽虛脚觸事易驚夢寐不祥虛煩不得眠 구성 : 半夏 陳皮 白茯苓 枳實 各二錢 靑竹茹 一錢 甘草 五分 薑五片 棗二枚 출전 : 醫鑑
臨証指南醫案 1	주치 : 膽熱則口苦心煩 前有 溫膽湯 先生又用桑葉 丹皮 山梔 구성 : 陳皮 半夏 茯苓 甘草 枳實 竹茹 용량은 기재되어 있지 않음.
臨証指南醫案 2	주치 : 程氏 上晝氣逆塡脘 子夜不肯寐 乃陽氣不降 議用溫膽湯 구성 : 溫膽去枳實加金斛 滾痰丸 二錢五分 용량은 기재되어 있지 않음.
醫碥 1	주치 : 治大病後虛煩不得眠 구성 : 半夏 枳實 竹茹 一錢 陳皮 一錢半 炙甘草 四分 茯苓 七分
醫碥 2	주치 : 痰者 구성 : 溫膽湯減竹茹一半 加南星 酸棗仁各一錢 下淸靈丹
濟衆新編	주치 : 病在膽經 神不歸舍而不枚 구성 : 溫膽湯加 南星 酸棗仁炒 용량은 기재되어 있지 않음.
類證治裁	주치 : 〈痰火〉 婦人肥盛 多鬱 不得眠者吐之 從鬱結痰火治 구성 : 〈痰火〉 溫膽湯加 用豬膽汁炒半夏曲 加柴胡 熟棗仁 용량은 기재되어 있지 않음.
	주치 : 〈膽火〉 膽火鬱熱 口苦神煩

	구성 : 〈膽火〉 溫膽湯加 丹皮 山梔 鉤藤 桑葉 용량은 기록되지 않음.
血證論	주치 : 肝經有痰 擾其魂而不得寐 구성 : 半夏 三錢 雲茯苓 三錢 陳皮 二錢 甘草 半錢 竹茹三錢 枳殼半錢 加棗仁
해설	출전을 『外臺秘要』에서 『集驗方』으로 기록하고 있으나 현재 전해지지 않으며, 『千金要方』이전 처방으로 보여진다. 49종 참고문헌 중에서 총 19종의 참고문헌에 실려 있으며 주치는 크게 "病後虛煩不得眠 과" 膽寒" "膽熱", "心膽虛怯", "痰 " 등으로 나뉘어지며, 처방구성에서는 큰 차이가 없고 가미되는 약물과 용량에서만 차이를 보인다.

9. 六君子湯加味

서적명	내용
證治要訣	주치 : 不寐有二種 有病後虛弱 及年高人陽衰不寐 虛者 구성 : 人蔘 白朮 茯苓 炙甘草 陳皮 半夏 各等分 薑三片 加炒酸棗仁 炙黃芪 各半錢
醫學正傳	주치 : 治痰挾氣虛發呃 구성 : 陳皮 一錢 半夏 一錢五分 茯苓 一錢 茯苓 一錢 甘草 一錢 人蔘 一錢 白朮 一錢五分 加大棗二枚 生薑三片 출전 : 局方 비고 : 卷之三 呃逆
古今醫鑑	주치 : 不寐有二種 有病后虛弱 及高年人陽衰不寐者 虛者 구성 : 六君子湯 加炒酸棗仁 黃芪 용량은 기재되어 있지 않음
東醫寶鑑	주치 : 大病後虛弱 及年高人陽衰不寐者 구성 : 半夏 白朮 各一錢半 陳皮 白茯苓 人蔘 各一錢 甘草炙 五分 복용법 : 右剉作一貼 薑三片 棗二枚 水煎服 출전 : 正傳, 加 炒酸棗仁 黃芪
壽世保元	주치 : 有疾後虛弱及年高人陽衰不寐者 虛者 구성 : 六君子 加 炒酸棗仁 黃芪 용량은 기재되어 있지 않음.
醫宗必讀 1	주치 : 氣虛 구성 : 人蔘(去蘆) 白朮(土炒) 茯苓 各 一錢 半夏 橘紅 各 一錢半 炙甘草 五分 生薑 五片加 酸棗仁 黃耆 복용법 : 水二鍾 薑五片 煎之一鍾 溫服
醫宗必讀 2	주치 : 水停 구성 : 人蔘(去蘆) 白朮(土炒) 茯苓 各 一錢 半夏 橘紅 各 一錢半 炙甘草 五分 生薑 五片 加 蒲黃 遠志 蒼朮 복용법 : 水二鍾 薑五片 煎之一鍾 溫服
濟衆新編	주치 : 有疾後虛弱及年高人陽衰不寐者 구성 : 六君子湯 加 山棗仁炒 黃芪 용량은 기재되어 있지 않다.
類證治裁	주치 : 思慮傷脾 脾血虧損 經年不寐 구성 : 六君子 加味 當歸 芍藥 용량은 기재되어 있지 않다.
해설	『證治要訣』 이전 시대의 처방으로 보여진다. 『東醫寶鑑』에서 출전을 『醫學正傳』이라 하였으나, 『醫學正傳』에서 四君子湯의 출전을 잘못 기록한 것으로 보인다. 처방구성 및 약물용량은 문헌마다 크게 다르지 않으며 주치에 따라 가미에서만 약간의 차이를 보인다.

10. 六乙散

서적명	내용
河間醫集	주치 : ○ 治身熱 嘔吐 泄瀉 腸癖 下痢赤白 ○ 治腹脹痛悶 補益五臟 大養脾腎之氣, 理內傷 陰痿 安魂定魂補 五勞七傷 一切虛損 主癇瘛 驚悸 健忘 止煩滿 短氣 臟傷咳嗽 療飮食不下 肌肉疼痛 구성 : 滑石 六兩 甘草炙 一兩 비고 : 傷寒直格論方 卷中 傷寒表證
丹溪心法	주치 : 脈沈弱者 切不可寒凉藥, 淸熱宜天水散 구성 : 滑石 六兩 甘草炙 一兩 출전 : 河 비고 : 卷一 中暑三 天水散
醫學綱目	주치 : 煩不得眠 六乙散加牛黃服之 구성 : 滑石(六兩) 甘草(炙 一兩) 복용법 : 上爲末 每服三錢 蜜湯調下 日三服 如解寒發汗 煎葱白豆豉湯調 下四錢 並三服 以效爲度 출전 : 丹溪
東醫寶鑑	주치 : 大病後 虛煩不睡 甚者 구성 : 滑石 六兩 炙甘草 一兩 加朱砂 牛黃服之
醫門寶鑑	주치 : 治煩燥不得眠 구성 : 滑石 六兩 甘草炙 一兩 右細末 每三錢 溫蜜水調服, 加牛黃三錢 名牛黃六一散 右末 每一錢 井華水調服 加辰砂一兩名 辰砂六一散
해설	출전은 『河間醫集』의 『傷寒直格論方』으로서, 처방구성과 약물용량이 동일하다.

11. 定志丸加味

서적명	내용
備急千金要方	주치 : 主心氣不定 五臟不足 甚者憂愁悲傷不樂 忽忽喜忘 朝瘥暮劇 暮瘥朝發狂眩 구성 : 菖蒲 遠志 各二兩 茯苓 人蔘 各 三兩 비고 : 卷第十四 風虛驚悸門
世醫得效方	주치 : 治心氣不定 五臟不足 甚者憂憂愁愁不樂 忽忽喜忘 朝瘥暮劇 暮瘥朝發 구성 : 菖蒲 遠志 各二兩 茯苓 茯神 人蔘 各 三兩 辰砂 一兩 비고 : 卷九 健忘門
古今醫鑑	주치 : 治勞心膽冷 夜臥不睡 구성 : 定志丸加炒酸棗仁 炒柏子仁 구성내용은 수록되어 있지 않음. 복용법 : 共爲末 蜜丸如梧子大 朱砂 乳香爲衣 每服五十丸 棗湯送下
東醫寶鑑	주치 : 勞心膽冷 夜臥不睡 구성 : 人參 白茯苓 茯神各三兩 石菖蒲 遠志製各二兩 朱砂一兩內半 爲衣 복용법 : 右爲末蜜丸 梧子大 米湯下五七十丸 加酸棗仁炒 栢子仁炒 朱砂 乳香爲衣 棗湯可五十丸 출전 : 得效
壽世保元	주치 : 一論心氣不足 恍惚多忘 或勞心膽冷 夜臥不睡 此藥能安神定志 구성 : 人蔘三兩 白茯神去皮木 二兩 遠志甘草水泡 去心 石菖蒲各二兩 酸棗仁炒 二兩 柏子仁炒 去殼 二兩 복용법 : 上爲細末 煉蜜爲丸 如梧桐子大 朱炒 乳香爲衣 每服五十丸 臨臥棗湯送下
醫門寶鑑	주치 : 勞心不睡 勞心膽冷 구성 : 人蔘 白茯神 白茯苓 各 三兩 石蜜蒲 遠志製 各二兩 朱砂 一兩內(半爲衣) 복용법 : 古末 蜜丸如梧子 米湯下 五七十丸
濟衆新編	주치 : 勞心膽冷 夜臥不睡 구성 : 定志丸加 酸棗仁炒 柏子仁炒 朱砂乳香 爲衣 구성내용은 수록되어 있지 않음.
類證治裁	주치 : 膽虛不眠 구성 : 人蔘 茯神 茯苓 各三兩 菖蒲 薑炒遠志 各 二兩 朱砂一兩半 爲衣 蜜丸加熟棗仁
해설	출전은 『千金要方』이다. 각 문헌간의 주치는 조금씩 다르나 처방구성과 약물용량은 서로 비슷하다.

12. 竹葉石膏湯

서적명	내용
傷寒論	주치 : 傷寒解後 虛羸少氣 氣逆欲吐者 竹葉石膏湯主之 구성 : 竹葉 二把 石膏 二斤 半夏 半升 人蔘 三兩 甘草 三兩 粳米 半升 麥門冬 一升
醫學入門	주치 : 治傷寒解後 餘熱未淨 津液不足 虛羸少氣 氣逆欲吐 구성 : 石膏 五錢 人蔘 二錢 麥門冬 一錢半 半夏 一錢 甘草 七片 竹葉 十四片 粳米一大撮 薑汁二匙
東醫寶鑑	주치 : 但獨熱者 虛煩也, 起臥不安 睡不穩 謂之煩 구성 : 石膏四錢 人參二錢 麥門冬一錢半 半夏一錢 甘草七分 복용법 : 右剉 作一貼 入竹葉七片 粳米百粒 水煎 入薑汁二匙服 출전 : 入門
景岳全書	주치 : 火熱之邪 不寐 구성 : 石膏一兩 竹葉二十片 麥冬 人蔘 各三錢 半夏 甘草 各二錢 粳米 一撮(此係今方 分兩非仲景舊法) 복용법 : 水二鍾 薑三片 煎服 출전 : 仲景 一方云 石膏二錢 人蔘一錢 其他以遞減之 用者 當酌宜也
醫門寶鑑	주치 : 熱不睡者 大病後餘熱未除而起臥不安 구성 : 石膏 四錢 人蔘 二錢 麥門冬 一錢五分 半夏 一錢 甘草 七分 竹葉 七片 粳米 百粒 복용법 : 水煎 入薑汁二匙
類證治裁	주치 : 病後虛煩不眠 구성 : 竹葉 二把 石膏 一斤 人蔘 三兩 炙草 一兩 麥冬 一升 半夏 粳米 各半升 加 薑煎
해설	『傷寒論』에서 유래된 처방이다. 『傷寒論』에서는 원래 傷寒後 에 氣逆欲吐 를 치료한다고 하였는데, 후세에서는病後餘熱로 虛煩證이 있는 것을 치료한다고 하였다. 처방구성은 동일하며, 약용량은 서적마다 다르다.

13. 珍珠母丸

서적명	내용
本事方	주치 : 治肝經因虛 內受風邪 臥則魂散而不守 狀若驚悸 眞珠丸 구성 : 珍珠母(未鑽珍珠也三分 研如粉 同碾) 當歸(洗去蘆 薄切 焙乾 後秤) 熟乾地黃(酒灑 九蒸九曝 焙乾 各一兩半) 人參(去蘆) 酸棗仁(微炒 去皮 研) 柏子仁(各一兩 研) 犀角(鎊爲細末) 茯神(去木) 沈香 龍齒(各半兩) 복용법 : 上爲細末 煉蜜爲丸 如梧子大 辰砂爲衣 每服四五十丸 金銀薄荷湯下 日午夜臥服 비고 : 卷一 中風肝膽筋骨諸風門
醫學綱目	주치 : 珍珠母丸 治肝經因虛 內受風邪 臥則寬散而不收 狀若驚悸 구성 : 珠母(三分 研細用碾) 當歸 熟地(各一兩半) 人參 酸棗仁 柏子仁 犀角 茯苓(各一兩) 沉香 龍齒(各半錢) 복용법 : 上爲細末 煉蜜爲丸 如桐子大 辰砂爲衣 每服四五十丸 金銀薄荷湯下 日午後臥服 출전 : 本事
赤水玄珠	주치 : 肝虛內受風邪 臥則寬散而不收 狀若驚悸 구성 : 眞珠母 三錢 當歸 熟地黃 各一兩半 人蔘 茯苓 酸棗仁 柏子仁 犀角 各 一兩 沈香 龍齒 各五錢 출전 : 許學士
東醫寶鑑	주치 : 治神魂不寧 驚悸不得睡 구성 : 眞珠母七錢半 熟地黃 當歸各一兩半 人參 酸棗仁炒 栢子仁 犀角 白茯神各一兩 沈香 龍齒各五錢 복용법 : 右爲末 蜜丸梧子大 朱砂爲衣 每四五十丸 薄荷湯下日二服
醫門寶鑑	주치 : 治神魂不寧驚悸不睡 구성 : 眞珠母七錢五分 熟下當歸各一兩五錢 人蔘 山棗仁炒 柏子仁 犀角 白茯神 各 一兩 沈香 龍腦 各 五錢 복용법 : 爲末 蜜丸 梧子大 朱砂爲衣 每四五十丸 薄荷湯下 출전 : 本事
類證治裁	주치 : 肝虛受邪 夢中驚悸 魂不守舍 後服 구성 : 眞珠母(研細)七錢五分 當歸 熟地 各一兩五錢 人蔘 棗仁 柏子仁 犀角 茯苓 各 一兩 沈香 龍齒 各五分
해설	『本事方』이 출전으로, 처방구성은 동일하나 眞珠母, 沈香, 龍齒의 약물용량에 차이가 있다.

Ⅳ. 고 찰

수면장애는 임상의들이 흔하게 접할 수 있는 문제로, 수면장애를 호소하는 사람들의 대부분은 일시적인 야간수면장애나 주간 졸림을 호소하는데, 낮 시간 활동에 지장을 초래할 정도의 만성적인 수면장애나 일주기 율동의 혼동은 성인의 15~20%에서 보고되고 있다[20].

수면장애 중에서도 불면증은 수면이 불충분하다고 호소하는 것으로 양상과 증상이 나타나는 기간에 따라 분류하는데, 양상에 따라 분류하면 잠이 들기 어려운 경우와 자주 깨거나 깨어 있는 경우, 일찍 잠을 깨는 경우 그리고 충분한 기간의 수면을 취하였지만 계속 졸린 경우로 세분한다. 그리고 증상이 나타나는 기간에 따라 분류하면 불면증이 하루에서 수일 동안 있었고 그것이 일회적인 경우 일과성 불면증이라고 하고, 수일에서 3주 동안 불면증이 지속될 때를 단기불면증, 수개월에서 수년간 지속되는 경우를 장기 또는 만성 불면증이라 한다. 불면증의 원인으로는 수면환경의 변화, 직업의 변화, 배우자 소실, 질병, 시험이나 마감기간으로 인해 유발된 걱정 등의 일상에서 발생하는 사건, 조증 또는 경조증, 불안장애, 우울증과 같은 정신과 질환, 그리고 간질, 헌팅톤 무도병, 파킨슨병, 편측발리즘과 같은 신경계 질환 등 매우 다양하다. 이러한 불면증의 치료로 서양의학에서는 유발요인의 교정에 초점을 맞추어 불안증의 행동치료나 음성 조건화, 정동장애의 치료, 수면위생, 간헐적인 수면제 투여 등을 시행한다[2,20].

한의학에서는 『靈樞·大惑論』[4]에서 "衛氣不得入于陰 常留陰于陽 留于陽 留于陽則陽氣滿 陽氣滿則陽蹻盛 不得入于陰則陽氣虛 故目不瞑矣"라고 하여 기본적인 병인이 陽盛陰虛라고 하였으며, 『素問·逆調論』[3]에서는 "逆氣不得臥 而息有音者 是陽明之逆也 … 陽明不得從其道 故不得臥也" "胃不和則臥不安"이라 하고, 또한 "太陰之厥則腹滿膨脹 後不利 不欲食 食則嘔 不得臥"라고 하여 불면증의 원인으로 脾胃不和를 언급하였다. 또한 『靈樞·邪客篇』[4]에서는 "補其不足 瀉其有餘 調其虛實 以通其道而去其邪 飮以半夏湯一劑陰陽已通 其臥立至"라고 하여 불면증의 치료에 관하여 언급하였다. 이후로도 수많은 의가들이 불면의 원인과 치료법에 대해 의견을 제시하였는데, 張仲景은 『金匱要略』에서 많은 질병의 경과 중에 잠을 이루지 못하는 것을 기술하였고, 巢元方은 『諸病源候論』에서 臟腑의 機能失調와 營衛不和가 불면의 주요한 病機임을 밝혔으며, 許叔微는 肝에 邪氣가 있어 神不守舍하고 心神不安하게 되어 불면이 생기는 것을 설명하면서 처방으로 珍珠母丸을 제시하였고, 陳士鐸은 『石室秘錄』에서 腎을 치료하여 心病을 치료하는 방약을 제시하였다[21].

우리나라 한의학 고전으로서 임상활용도가 높은 『東醫寶鑑』에서는 夢門에 수면과 꿈의 생리와 병리에 관한 내용이 실려 있는데, 불면에 대해서는 虛煩不睡, 魂離不睡, 思結不睡로 나누어 설명하였다[61].

최근에 불면환자의 증가와 함께 서양의학에서 일차적으로 사용하는 수면제의 문제점이 부각됨에 따라 한의학적 불면치료에 관한 관심도가 높아지고 있다. 이에 한의학적 불면 약물 연구를 위한 예비연구로써, 『東醫寶鑑』 夢門의 불면처방들을 서적별로 비교하여 살펴보면 다음과 같다.

1. 加味溫膽湯

『古今醫鑑』의 加味溫膽湯은 『丹溪心法』의 溫膽湯 주치와 『古今醫鑑』의 溫膽湯 주치를 합쳐

놓은 처방으로서 출전은 확실하지 않다. 『東醫寶鑑』의 출전은 『萬病回春』으로서 茯苓과 甘草의 용량에서 약간의 차이를 보이나 거의 동일한 처방이고, 『濟衆新編』은 출전이 『東醫寶鑑』으로 되어 있으나 처방용량은 『萬病回春』과 동일하다. 주치는 모든 서적에서 "心膽虛怯 觸事易驚"을 공통으로 하고 있다.

『古今醫鑑』과 『萬病回春』은 저자가 같으나 처방용량이 다른데, 『萬病回春』이 『古今醫鑑』의 1/2 정도이다. 『醫門寶鑑』은 다른 서적들의 加味溫膽湯과는 구성이 다른 처방으로 人蔘, 柴胡, 麥門冬, 桔梗, 香附子가 추가되었다. 『醫門寶鑑』 加味溫膽湯의 처방구성은 驚悸門에 수록되어 있다.

Table Ⅰ. 加味溫膽湯의 처방구성 비교

	半夏	枳實	竹茹	陳皮	人蔘	白茯苓	柴胡 麥門冬 桔梗	甘草	香附子	山棗仁炒 遠志 五味子 熟地黃
古今醫鑑	7錢	3錢	3錢	4.5錢	0	2錢 2分半		2錢 2分半		0
萬病回春	3.5錢	1.5錢	1.5錢	2錢 2分	1錢	1錢 1分		1錢 1分		1錢
東醫寶鑑	3.5錢	1.5錢	1.5錢	2錢 2分	1錢	1錢		1錢		1錢
醫門寶鑑	8分	8分	8分	1錢 2分	6分	6分	6分	4分	2錢 4分	
濟衆新編	3.5錢	1.5錢	1.5錢	2錢 2分	1錢	1錢		1錢		1錢

2. 高枕無憂散

高枕無憂散의 출전은 『古今醫鑑』으로서 『古今醫鑑』과 『萬病回春』, 『壽世保元』의 저자가 龔延賢으로 동일하고, 『東醫寶鑑』은 『萬病回春』(1587)과 『壽世保元』(1615) 사이의 시기(1610)에 편찬되었다.

처방구성과 약물용량은 거의 같은데, 石膏의 분량만 『萬病回春』에서 3錢이 아닌 1錢半을 썼고, 酸棗仁은 『萬病回春』에서만 빠져 있으며, 龍眼肉은 『壽世保元』에서 錢이 아닌 개수를 썼다.

Table Ⅱ. 高枕無憂散의 처방구성 비교

	人蔘	石膏	陳皮 半夏 白茯苓 枳實 竹茹 麥門冬	龍眼肉	甘草	酸棗仁
古今醫鑑	5錢	3錢	1.5錢	1.5錢	1.5錢	1錢
萬病回春	5錢	1.5錢	1.5錢	1.5錢	1.5錢	
東醫寶鑑	5錢	3錢	1.5錢	1.5錢	1.5錢	1錢
壽世保元	5錢	3錢	1.5錢	5개	1.5錢	1.5錢

3. 獨活湯

獨活湯의 출전은 『本事方』의 卷 一 中風肝膽筋骨諸風門이다. 『本事方』에서는 주치가 따로 설명되어 있지 않으나, 珍珠母丸의 주치 및 약재구성 밑에 등장하므로 珍珠母丸과 주치가 같은 것으로 추측되며, 『赤水玄珠』에서는 珍珠母丸과 동일한 것으로 기록되어 있다. 처방구성은 대체로 거의 동일하나, 『醫學綱目』 이후 서적부터 防風이 빠져 있으며, 『東醫寶鑑』과 『醫門寶鑑』에서는 『本事方』과 비교하여 약물용량이 1兩이 아닌 7分이다. 『類證治裁』에는 약물용량이 기재되어 있지 않고, 五味子가 빠져 있다.

Table Ⅲ. 獨活湯의 처방구성 비교

	獨活	羌活	人蔘	前胡	細辛	防風	半夏	沙蔘	五味子	白茯苓	酸棗仁	甘草	生薑	烏梅
本事方	1兩	1兩	1兩	1兩	1兩	1兩	1兩	1兩	1兩	1兩	1兩	1兩	3편	0.5개
醫學綱目	1兩	1兩	1兩	1兩	1兩		1兩	1兩	1兩	1兩	1兩	1兩	3片	0.5개
赤水玄珠	1兩	1兩	1兩	1兩	1兩		1兩	1兩	1兩	1兩	1兩	1兩	3片	1개
東醫寶鑑	7分	7分	7分	7分	7分		7分	7分	7分	7分	7分	7分	3片	1개
醫門寶鑑	7分	7分	7分	7分	7分		7分	7分	7分	7分	7分	7分	3片	1개
類證治裁	0	0	0	0	0		0	0		0	0	0	0	0

4. 半夏湯, 半夏秫米湯, 秫米半夏湯

『醫學綱目』, 『東醫寶鑑』, 『類證治裁』의 半夏湯은 『黃帝內經·靈樞』 邪客篇의 半夏湯이 출전으로서, 주치가 유사하고 처방구성 및 약물용량이 동일하다. 『臨証指南醫案』의 半夏秫米湯과 『濟衆新編』의 秫米半夏湯도 출전이 모두 『黃帝內經·靈樞』 邪客篇의 半夏湯으로서 처방구성이 동일하다.

Table Ⅳ. 半夏湯과 半夏秫米湯, 秫米半夏湯의 처방구성 비교

처방명	서적명	半夏	秫米
半夏湯	靈樞	5合	1升
半夏湯	醫學綱目	5合	1升
半夏湯	東醫寶鑑	5合	1升
半夏秫米湯	臨証指南醫案	○	○
秫米半夏湯	濟衆新編	5合	1升
半夏湯	類證治裁	5合	1升

5. 『備急千金要方』 酸棗湯이 출전인 酸棗仁湯과 酸棗湯

『聖濟總錄』 傷寒後不得眠의 2번 酸棗仁湯, 虛勞不得眠門의 3번 酸棗仁湯, 『醫學入門』의 酸棗仁湯, 『東醫寶鑑』의 1번 酸棗仁湯은 주치와 처방구성을 고려하였을 때 『備急千金要方』 酸棗湯이 출전이다. 『備急千金要方』 酸棗湯의 주치는 "虛勞煩擾 奔氣在 胸中不得眠"으로 『金匱要略』의 酸棗湯에 人蔘, 桂心, 石膏가 가미된 처방이며 주치가 다른 문헌과 유사하나 약물용량은 문헌마다 많은 차이를 보인다.

Table Ⅴ. 『備急千金要方』 酸棗湯이 출전인 酸棗仁湯과 酸棗湯의 처방구성 비교

	酸棗仁	人蔘	桂心	生薑	石膏	茯苓	知母	甘草
備急 千金要方	3升	2兩	2兩	2兩	4兩	3兩	3兩	1.5兩
聖濟總錄 2	炒2兩	2兩	0.5兩		0.5兩	赤茯苓 3分	0.5兩	0.5兩
聖濟總錄 3	炒1兩	0.5兩	1兩	0.5分	1兩	白茯苓 3分	3分	1分
醫學入門	1錢	1錢	0.5錢	3片	2.5錢	1錢	1錢	1錢
東醫寶鑑	炒 1.5錢	1.5錢	0.5錢		2.5錢	赤茯苓 1錢	1錢	1錢

6. 『萬病回春』이 출전인 酸棗仁湯

『東醫寶鑑』 2번 酸棗仁湯과 『醫門寶鑑』 酸棗仁湯은 출전을 『古今醫鑑』이라 밝히고 있으나, 현재 전해지는 『古今醫鑑』 虛煩이나 不寐門에서는 酸棗仁湯을 찾을 수 없고, 『古今醫鑑』과 저자가 같은 『萬病回春』에 주치 및 처방구성, 각 약물을 등분하여 쓴 것 등 내용이 모두 동일한 酸棗仁湯이 존재하므로 『東醫寶鑑』에서 『萬病回春』 출전을 『古今醫鑑』 출전으로 잘못 기록한 것으로 보인다.

『萬病回春』이 출전인 각 문헌의 酸棗仁湯은 처방구성이 酸棗仁微炒, 人參, 白茯苓 各等分으로 서로 동일하며, 주치는 "治不睡及多睡"로서 不睡뿐만 아니라 多睡에도 사용하여 『金匱要略』의 酸棗湯과는 많이 다르다.

7. 寧志膏

출전은 『和劑局方』 卷之五. 治諸虛 淳祐新漆方이다. 『婦人大全良方』의 寧志膏도 처방구성이 『和劑局方』과 유사하여 『和劑局方』의 영향을 받은 것으로 보이며, "婦人失血過多로 인한 心神不安 및 不眠"을 다스리는 처방이다. 『丹溪心法附餘』의 寧志膏는 癲狂門에 기재되어 있다.

『東醫寶鑑』에는 2개의 寧志膏가 실려 있는데, 1번 寧志膏 처방은 『和劑局方』이 출전으로서 "虛煩不得睡"에 쓰였고, 처방구성은 『和劑局方』과 동일하나 酸棗仁炒와 乳香의 분량이 다르며, 2번 寧志膏 처방은 『婦人大全良方』을 출전으로 밝히고 있는데 주치나 처방구성은 동일하나 약물용량에 있어서 차이가 큰 반면에 『丹溪心法附餘』에서의 寧志膏와는 주치와 처방구성, 약물용량이 거의 동일하여 실제로는 『婦人大全良方』보다는 『丹溪心法附餘』의 寧志膏를 더 많이 참고한 것으로 보인다.

Table Ⅵ. 寧志膏의 처방구성 비교

	辰砂	山棗仁炒	人蔘	白茯神	琥珀	乳香
和劑局方	0.5兩	1兩	1兩			1分
婦人大全良方	1分	1分	1分	1分	1分	1錢
丹溪心法	7.5錢	7.5錢	7.5錢	7.5錢	7.5錢	1錢
東醫寶鑑 1	5錢	2兩	1兩			2.5錢
東醫寶鑑 2	7.5錢	7.5錢	7.5錢	7.5錢	7.5錢	2錢

8. 溫膽湯

溫膽湯의 출전은 『外臺秘要』 病後不得眠方二首에서 『集驗方』으로 기록하고 있으나 이 서적은 현재 전해지지 않으며, 『備急千金要方』과 『外臺秘要』, 『聖濟總錄』의 溫膽湯은 동일한 처방이다. 『丹溪心法附餘』와 『證治要訣』에서는 『易簡方』을 출전으로 밝히고 있고, 『醫學綱目』은 『三因方』의 처방과 거의 동일하며, 『景岳全書』에서는 『三因方』을 출전으로 밝히고 있는데 『三因方』과 『易簡方』의 처방은 구성이 거의 비슷하고 약물용량만 다르다.

『景岳全書』에서 溫膽湯은 古方八陣 중 和陣에 수록되어 있으며 원래 주치는 "治氣鬱生涎 夢寐不寧 怔忡驚悸 心虛膽怯 變生諸證"이나 不寐論列에서는 "痰飮不寐"에 사용한다고 하였고, 출전을 『三因方』으로 기록하고 있으나 처방구성이나 주치로 볼 때 『丹溪心法附餘』를 참고한 것으로 보인다.

『古今醫鑑』과 『壽世保元』은 거의 같은 처방으로서 溫膽湯의 처방구성을 虛煩門에서 밝히고 있다.

『東醫寶鑑』 2번 溫膽湯과 『醫門寶鑑』은 『古今醫鑑』을 출전으로 밝히고 있으나 약물용량에서 『古今醫鑑』과 차이를 보이는데, 주치가 『古今醫鑑』 虛煩門의 溫膽湯과 동일하므로 『古今醫鑑』 不眠門이 아닌 虛煩門을 참조한 것으로 보이며, 또한 약물용량에 있어서는 『醫門寶鑑』은 『古今醫鑑』이 아닌 『東醫寶鑑』을 참고한 것으로 보인다.

Table Ⅶ. 溫膽湯의 처방구성 비교

	半夏	竹茹	枳實	橘皮	茯苓	生薑	甘草	大棗	南星	酸棗仁炒	遠志 五味子 熟地黃 人蔘
千金要方	2兩	2兩	2兩	3兩		4兩	1兩				
外臺秘要	2兩	2兩	2枚	3兩		4兩	炙1兩				
聖濟總錄	2兩	2兩	2兩	3兩		半分	炙1兩				
三因方	2兩	2兩	2兩	3兩	1.5兩	5片	炙1兩	1枚			
易簡方	1兩	1塊	1兩	1.5兩	3分	7片	4錢	1枚		5分	
丹溪心法附餘	1兩	1塊	1兩	1.5兩	5.5錢	7片	炙4錢	1枚			
證治要訣	1兩	0.5兩	1兩	1兩	1兩	7片	4錢	1枚	5分	5分	
醫學綱目	2兩	2兩	2兩	2兩	1.5兩	5片	炙1兩	1枚			
醫學入門	1錢	1團	1錢	1錢	5分半	7片	4分	1枚			
古今醫鑑	7錢	3錢	3錢	4錢半	2錢2分半	ㅇ	2錢2分半	ㅇ		가미	가미
東醫寶鑑	2錢	1錢	2錢	2錢	2錢	5片	5分	2枚			
壽世保元	7錢	3錢	3錢	4錢半	2錢5分	ㅇ	炙2錢 5分	ㅇ		가미	가미
景岳全書	1兩	1兩	1兩	1.5兩	7錢	7片	炙4錢	1枚			
醫宗必讀	1兩	1兩	1兩	1.5兩	7錢	7片	4錢	1枚			
醫門寶鑑	2錢	1錢	2錢	2錢	2錢	5片	5分	2枚			
臨証指南醫案	ㅇ	ㅇ	ㅇ	ㅇ	ㅇ		ㅇ				
醫碥 1	1錢	1錢	1錢	1.5錢	7分		4分				
醫碥 2	1錢	5分	1錢	1.5錢	7分		4分		1錢	1錢	
濟衆新編	溫膽湯加								가미	가미	
類證治裁	溫膽湯加 丹皮 山梔 鉤藤 桑葉										
血證論	3錢	3錢	枳殼 5分	2錢	3錢		5分			가미	

Table Ⅷ. 溫膽湯의 주치 비교

변증	서적
病後虛煩不得眠	千金要方, 外臺秘要, 三因方, 易簡方, 丹溪心法附餘, 醫學綱目, 醫學入門, 古今醫鑑 2, 東醫寶鑑 1, 醫碥 1
膽寒	千金要方, 外臺秘要, 聖濟總錄(膽寒虛煩), 三因方
心膽虛怯	丹溪心法附餘, 東醫寶鑑 2, 醫宗必讀, 醫門寶鑑, 景岳全書
痰	證治要訣, 古今醫鑑 1, 東醫寶鑑 2(痰在膽經), 壽世保元(痰在膽經), 景岳全書, 醫碥 2, 濟衆新編(病在膽經), 類證治裁(痰火), 血證論(肝經有膽)
膽熱	臨証指南醫案, 類證治裁(膽火)

9. 六君子湯加味

『證治要訣』에도 六君子湯加味가 기록된 것으로 보아 그 이전 시대의 처방으로 보여진다. 『東醫寶鑑』에서는 출전을 『醫學正傳』이라 하였고, 『醫學正傳』 卷之三 呃逆門에서는 『局方』에서 인용하였다고 밝혔는데, 『和劑局方』에는 六君子湯이 없고 四君子湯이 기록된 것으로 보아 『醫學正傳』에서 四君子湯의 출전을 잘못 기록한 것으로 보인다.

六君子湯加味의 처방구성은 四君子湯加 半夏, 陳皮로서 각 참고문헌마다 동일하며 약물용량도 各等分 또는 1~1.5錢 내외로 크게 다르지 않으며 가미에서만 약간의 차이가 있는데, 공통적으로 "陽衰不寐者에 六君子湯加 酸棗仁炒, 黃芪"를 하고 있다.

『東醫寶鑑』에서의 六君子湯加味는 출전을 『醫學正傳』이라고 하였으나 처방구성만 유사할 뿐이고, 주치는 오히려 『證治要訣』, 『古今醫鑑』과 동일하다.

『醫宗必讀』에서는 "水停으로 인한 不眠"에 蒲黃, 遠志, 蒼朮을 가하여 사용하였고, 『類證治裁』에서는 "思慮傷脾하여 脾血虧損으로 不寐者 "에 當歸, 芍藥을 가미하여 사용하였다.

Table Ⅸ. 六君子湯加味의 처방구성 비교

	人蔘	茯苓	白朮	甘草	半夏	陳皮	生薑	大棗	酸棗仁 黃芪	蒲黃 遠志 蒼朮	當歸芍藥
證治要訣			等分				3片		0.5錢		
醫學正傳	1錢	1錢	1.5錢	1錢	1.5錢	1錢	3片	2枚			
古今醫鑑			六君子 加味						○		
東醫寶鑑	1錢	1錢	1.5錢	炙 5分	1.5錢	1錢	3片	2枚	○		
壽世保元			六君子 加味						○		
醫宗必讀1	1錢	1錢	1錢	5分	1.5錢	1.5錢	5片		○		
醫宗必讀2	1錢	1錢	1錢	5分	1.5錢	1.5錢	5片			○	
濟衆新編			六君子 加味						○		
類證治裁			六君子 加味								○

10. 六乙散, 辰砂益元散

六乙散을 六一散 또는 益元散이라고도 하며, 출전은 『河間醫集』의 『傷寒直格論方』 卷中 傷寒表證으로서, 주치는 "治身熱 嘔吐 泄瀉 腸癖 下痢赤白"인데 後代 문헌에서 이를 "煩熱不眠"에 응용한 것으로 보인다.

처방구성과 약물용량은 동일하며, 『醫學入門』에서 益元散에 加 辰砂少許하여 辰砂益元散이라고 하였다.

Table Ⅹ. 六乙散과 辰砂益元散의 처방구성 비교

	滑石	炙 甘草	牛黃	朱砂
河間醫集	6兩	1兩		
丹溪心法	6兩	1兩		
醫學綱目	6兩	1兩		
醫學入門	6兩	1兩		○
東醫寶鑑	6錢	1兩	○	○
醫門寶鑑	6兩	1兩	3錢 (牛黃六一散)	辰砂 1兩 (辰砂六一散)
濟衆新編	○	○	○	○

11. 定志丸加味, 安神定志丸

定志丸의 출전은 『千金要方』 卷第十四 風虛驚悸門이다. 『東醫寶鑑』의 定志丸加味方은 『世醫得效方』을 출전이라 하였으나 주치와 처방구성으로 보아 『古今醫鑑』을 인용한 것으로 보인다.

『世醫得效方』 卷九 健忘門의 小定志丸은 『千金要方』과 주치가 동일하나 처방구성이 다르고, 다른 문헌의 定志丸은 처방구성과 약물용량이 서로 비슷하다. 주치는 크게 心氣不定 五臟不足, 勞心膽冷, 膽虛 3가지로 나뉜다.

『醫學心悟』의 安神定志丸은 定志丸에 龍齒가 추가된 처방으로서, 주치가 "驚恐不安臥"이며 定志丸加味의 주치와는 약간의 차이가 있고, 약재 분량도 定志丸加味와는 다르다.

Table XI. 定志丸加味와 安神定志丸의 처방구성 비교

	茯苓	茯神	人蔘	遠志	石菖蒲	朱砂	乳香	酸棗仁	栢子仁	龍齒
千金要方	3兩		3兩	2兩	2兩					
世醫得效方	3兩	3兩	3兩	2兩	2兩	1兩				
古今醫鑑			定志丸 加味			爲衣	爲衣	○	○	
東醫寶鑑	3兩	3兩	3兩	2兩	2兩	1兩 爲衣	爲衣	○	○	
壽世保元		2兩	3兩	2兩	2兩	爲衣	爲衣	炒 2兩	炒 2兩	
醫門寶鑑	3兩	3兩	3兩	2兩	2兩	1兩 爲衣				
醫學心悟(安神定志丸)	1兩	1兩	1兩	1兩	五錢	辰砂爲衣				五錢
濟衆新編			定志丸 加味			爲衣	爲衣	○	○	
類證治裁	3兩	3兩	3兩	2兩	2兩	1兩 爲衣				

Table XII. 定志丸加味의 주치 비교

주치	서적명
心氣不定 五臟不足	千金要方, 世醫得效方, 壽世保元
勞心膽冷	古今醫鑑, 東醫寶鑑, 醫門寶鑑 , 濟衆新編
膽虛	類證治裁

12. 竹葉石膏湯

출전은 『傷寒論』이다. 『傷寒論』에서의 원래 주치는 "傷寒解後 虛羸少氣 氣逆欲吐"인데 『醫學入門』이후로 "病後餘熱로 인한 虛煩不眠"에 응용하였다. 『景岳全書』에서는 古方八陣 중 寒陣의 처방으로 원래 주치가 "治陽明汗多而渴 鼻衄喜水 水入卽吐 及暑熱煩躁等證"으로 다른 서적들과는 차이가 있다. 처방구성은 동일하나 약물용량은 문헌별로 다르다.

Table XIII. 竹葉石膏湯의 처방구성 비교

	石膏	半夏	人蔘	甘草	麥門冬	竹葉	生薑	粳米
傷寒論	2斤	0.5升	3兩	3兩	1升	2把		0.5升
醫學入門	5錢	1錢	2錢	7片	1.5錢	14片	汁2匙	1大撮
東醫寶鑑	4錢	1錢	2錢	7分	1.5錢	7片	汁2匙	100粒
景岳全書	1兩	2錢	3錢	2錢	3錢	20片	3片	1撮
醫門寶鑑	4錢	1錢	2錢	7分	1.5錢	7片	汁2匙	100粒
類證治裁	1斤	0.5升	3兩	1兩	1升	2把	0	0.5升

13. 珍珠母丸

출전은 『本事方』 卷一 中風肝膽筋骨諸風門이다. 『本事方』의 주치는 "肝經因虛 內受風邪"로 『醫學綱目』, 『赤水玄珠』, 『類證治裁』와 동일하고, 『東醫寶鑑』과 『醫門寶鑑』은 출전을 『本事方』이라 하였으나 "神魂不寧 驚悸不得睡"로 차이를 보인다.

처방구성은 동일하나 약물용량은 차이가 큰데, 珍珠母는 『本事方』과 『醫學綱目』에서는 3分, 『赤水玄珠』에서는 3錢, 『東醫寶鑑』, 『醫門寶鑑』, 『類證治裁』에서는 7錢半으로 기록되어 있으며, 沈香과 龍齒는 『本事方』에서 5錢이 『醫學綱目』에서는 5分으로 기록되어 있는데 이는 『醫學綱目』에서 잘못 기록하였을 가능성이 크다. 또한 『赤水玄珠』에서 珍珠母, 沈香, 龍齒가 『本事方』에서의 단위에 비하여 分이 모두 錢으로 바뀌어 있고, 茯神 대신 茯苓이 있는 것으로 보아 『本事方』이 아닌 『醫學綱目』을 참조한 것으로 추측된다.

Table XIV. 珍珠母丸의 처방구성 비교

	珍珠	當歸	熟乾地黃	人蔘	酸棗仁	栢子仁	犀角	茯神	沈香	龍齒	茯苓
本事方	3分	1.5兩	1.5兩	1兩	炒 1兩	1兩	0.5兩	0.5兩	0.5兩	0.5兩	
醫學綱目	3分	1.5兩	1.5兩	1兩	1兩	1兩	1兩		5分	5分	1兩
赤水玄珠	3錢	1.5兩	1.5兩	1兩	1兩	1兩	1兩		5錢	5錢	1兩
東醫寶鑑	7錢半	1.5兩	1.5兩	1兩	炒 1兩	1兩	1兩	1兩	0.5兩	0.5兩	
醫門寶鑑	7錢半	1.5兩	1.5兩	1兩	炒 1兩	1兩	1兩	1兩	0.5兩	0.5兩	
類證治裁	7錢半	1.5兩	1.5兩	1兩	1兩	1兩	1兩	1兩	5分	5分	

V. 결 론

『東醫寶鑑』夢門에 기재된 불면 처방의 주치와 처방구성 및 약물용량을 시대별로 비교, 분석하여 변화과정을 고찰한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 불면 처방의 최초기록은 『黃帝內經·靈樞』의 半夏湯이었다.
2. 『千金要方』의 膽虛實第二에 虛煩不得眠이라고 하여 不眠門에 대한 분류가 처음으로 나타나기 시작하였다.
3. 『東醫寶鑑』 불면 처방 중 가장 많이 문헌에 인용된 처방은 溫膽湯으로서 『千金要方』에서부터 『血證論』까지 총 19권의 문헌에 수록되었다.
4. 『東醫寶鑑』 夢門의 불면 처방은 인용서적의 주치나 용량을 그대로 따르지 않고, 저자 경험이나 우리나라 실정에 맞게 바꾼 것으로 사료된다.

이상의 결론을 바탕으로 향후 불면 처방의 연구에서는, 각 의서에서 사용된 다빈도 처방들을 중심으로 적응증에 따른 처방조성 연구 및 각 약물들의 종류·용량·귀경·기미·효능·약리학적 효과 연구를 진행하여 임상 진료지침 및 불면약물 개발을 위한 객관적 근거를 마련해야 할 것이다.

감사의 글

이 논문은 2009년도 원광대학교의 교비 지원에 의해서 수행됨.

참고문헌

1. 전국한의과대학 신경정신과 교과서편찬위원회 편. 한의신경정신과학. 파주:집문당. 2007:242-7.
2. 서수균. 불면증. 서울:학지사. 2006:24, 157.
3. 楊維傑. 黃帝內經素問釋解. 서울:일중사. 1991:127, 252, 266, 271-2, 346-7, 351-2, 450.
4. 楊維傑. 黃帝內經靈樞釋解. 서울:일중사. 1991:256, 290, 488-9, 607.
5. 윤형선, 문장혁, 정경숙, 이정훈, 백종엽, 안호진. 불면환자에 대한 자하거 약침 효능에 관한 연구. 대한침구학회지. 2004;21(3):99-105.
6. 이재혁, 백종엽, 정형섭, 박상동. 산조인초 약침의 불면 치료에 대한 임상연구. 동의신경정신과학회지. 2000;11(2):79-86.
7. 석선희, 김주호, 김근우, 구병수. 신경정신과 약물을 복용해 온 우울증 환자의 불면증에 三黃瀉心湯을 병행 투여하여 호전된 1례. 동의신경정신과 학회지. 2004;15(1):117-25.

8. 홍현우. 산조인탕의 불면치료에 대한 임상연구. 대전대학교 대학원 한의학과 석사학위논문. 2004.
9. 김진우, 안대종, 왕덕중, 이순이, 강형원. 불면증에 이침 시술을 한 환자 20례 임상고찰. 동의신경정신과학회지. 2004;15(1):219-30.
10. 박세진, 이정아, 이상무, 안호진, 박상동. 불면을 호소하는 중풍환자에 대한 체침과 이침 자침시 효과의 임상적 고찰. 동의신경정신과학회지. 2001;12:135-45.
11. 이미정, 하양숙. 불면을 호소하는 정신과 입원환자에게 제공한 이완요법의 효과. 정신간호학회지. 2008
12. 김대숙, 이길자. 불면호소 환자에 대한 근이완훈련의 효과. 대한간호학회지. 1989.
13. 박문상, 성락기. 수면장애(불면, 기면)의 병인병기 및 침구치료에 관한 문헌적 고찰. 대전대학교 한의학연구소 논문집. 1998;6(2):483-501.
14. 차지철, 김한성. 불면의 병인병기 및 침구치료에 관한 문헌적 고찰. 대전대학교 한의학연구소 논문집. 1997;5(2):363-84.
15. 김중한. 황제내경에 나타난 불면의 원인에 관한 고찰. 동의대학교 대학원 한의학과 석사학위 논문. 2004.
16. 노석균, 정대규. 불면의 원인 및 치방에 관한 문헌적 고찰. 동서의학. 1994;19(3):72-91.
17. 장진실, 정인철, 이상룡. 불면의 병인, 치료에 관한 문헌적 고찰. 대전대학교 한의학연구소 논문집. 2004;13(1):331-43.
18. 계해정, 박창국. 불면에 대한 동서의학적 고찰. 대한한의진단학회지. 1997;1(1):114-35.
19. 정송화. 불면증에 대한 동서의학의 약물치료 비교분석. 원광대학교 대학원 한의학과 석사학위 논문. 2008.
20. Kasper Braunwald 외. 해리슨 내과학. 서울:MIP. 2006:164.
21. 황의완, 김지혁. 동의정신의학. 서울:현대의학서적사. 1987:683-4.
22. 陳夢雷. 醫部全錄. 蔣延錫. 欽定古今 圖書集成 醫部全錄 6. 서울:대성문화사. 1986:295-316.
23. 전통의학연구소 편찬. 동양의학대사전. 서울:성보사. 2000:192, 202, 687-8, 707, 759, 765, 775, 784, 790, 865, 895, 890, 898, 940-1, 985, 1037, 1056, 1116, 1122, 1134, 1158, 1178, 1217, 1248, 1294-1295, 1318, 1383-4, 1443, 1461, 1535, 1552, 1589, 1561, 1563, 1650, 1683, 1687, 1688, 1724, 1732, 1740, 1743, 1806, 1826, 1830-1, 1838, 1840, 1849, 1851, 1853, 1928, 1969, 2096, 2101, 2107, 2140, 2278, 2339-40, 2654-5, 2724.
24. 김기욱, 김남일, 김도훈, 김용진, 김홍균, 김훈, 맹웅재, 박경남, 박현국, 방정균, 신영일, 안상우, 엄석기, 은석민, 이병욱, 차웅석. 강좌 중국의학사. 서울:대성의학사. 2006:83, 92, 113-4, 121, 123, 148-50, 169-74, 196, 211, 217, 222, 226, 236, 266-7, 270, 279, 287, 290-1, 311-3, 325-6, 341.
25. 張仲景. 傷寒論. 仲景全書. 서울:대성문화사. 1993:58, 61, 63, 73, 78, 89, 125, 133, 139, 162, 167, 187, 192, 215.
26. 張仲景. 金匱要略. 仲景全書. 서울:대성문화사. 1993:18, 20-2, 24-5, 35-6, 45, 56, 62, 69.
27. 葛洪. 肘後備急方. 북경:인민위생출판사. 1996:9-11.
28. 滑壽. 難經本義. 台北:集文書局. 1978:117.
29. 歐陽錡. 證治概要. 북경:인민위생출판사. 1982:262-5.
30. 徐靈胎. 徐靈胎醫學全集. 台北:五州出版社. 1984:208-9.
31. 皇甫謐. 黃帝針灸甲乙經. 台北:宏業出版社. 1980

:274-5.
32. 孫一奎. 赤水玄珠全集. 북경:중국중의약출판사. 1996:265-6.
33. 孫思邈. 備急千金要方. 북경:중의고적출판사. 1999:370-2, 380, 451.
34. 王燾. 外臺秘要. 사고전서(대성문화사) 의가류 4권. 1994:90, 580-2.
35. 王燾. 外臺秘要. 북경:화하출판사. 1997:14.
36. 王懷隱. 太平聖惠方. 서울:집성사. 1979:78-9, 342-3.
37. 朱肱. 活人書. 서울. 아티전. 1997:285, 294-5, 304, 316, 364, 370.
38. 曹孝忠 外編 성제총록. 서울:의성당. 1993:804-6, 669-70, 1578-81.
39. 陳師文. 太平惠民和劑局方. 중의방제명의집성. 북경:화하출판사. 1998:357, 367, 377, 381, 383, 386, 388-9, 391, 397, 426, 428.
40. 許叔微. 普濟本事方. 중화의서집성. 북경:중의고적출판사. 1999:21.
41. 劉河間. 何間醫集. 금원사대가의학전서 상권. 서울:법인문화사. 2007:92-5, 315-6, 323, 326, 341, 348.
42. 陳言. 三因極病證方論. 북경:화하출판사. 1998:216, 252.
43. 王碩. 易簡方. 중의방제명의집성. 북경:화하출판사. 1998:318.
44. 張從正. 儒門事親. 금원사대가의학전서 상권. 서울:법인문화사. 2007:575.
45. 李東垣. 東垣醫集. 금원사대가의학전서 상권. 서울:법인문화사. 2007:575, 643-4, 681.
46. 羅天益. 衛生寶鑑. 중화의서집성. 북경:중의고적출판사. 1999:26, 29, 86.
47. 陳自明. 婦人大全良方. 서울:광산출판사. 2003:200.
48. 嚴用和. 濟生方. 중의방제명의집성. 북경:화하출판사. 1998:476-7, 479-80, 493, 509.
49. 朱震亨. 新編 丹溪心法附餘. 서울:대성문화사. 1993:113, 355, 670.
50. 朱震亨. 丹溪心法. 금원사대가의학전서 하권. 서울:법인문화사. 2007:254, 329.
51. 危亦林. 世醫得效方. 중화의서집성. 북경:중의고적출판사. 1999:169, 171.
52. 屢英. 醫學綱目. 중화의서집성. 북경:중의고적출판사. 1999:351-3, 864.
53. 戴思恭. 證治要訣. 중화의서집성. 북경:중의고적출판사. 1999:50.
54. 陶華. 傷寒六書. 북경:인민위생출판사. 1990:105, 260-1.
55. 虞搏. 醫學正傳. 중화의서집성. 북경:중의고적출판사. 1999:1, 65, 95.
56. 李梴. 新校 醫學入門 下券. 서울:대성문화사. 1994:55, 66, 78, 84, 103, 115, 118, 120-1, 124, 504, 541.
57. 李梴. 醫學入門. 서울:법인문화사. 2009:1111, 1893.
58. 龔延賢. 古今醫鑑. 명청명의전서대성:龔延賢醫學全書. 북경:중국중의약출판사. 1999:1257.
59. 龔延賢. 對釋 萬病回春. 서울:법인문화사. 2007:531-2.
60. 王肯堂. 證治準繩 類方. 王肯堂醫學全書. 북경:중국중의약출판사. 1999:572-3.
61. 許俊. 東醫寶鑑. 서울:신우문화사. 2003:235-40.
62. 龔延賢. 壽世保元. 명청명의전서대성. 龔延賢醫學全書. 북경:중국중의약출판사. 1999:636-7.
63. 張景岳. 景岳全書. 서울:한미의학. 2006:815-25, 2567, 2570-2, 2580-2, 2604, 2652, 2663-5, 2669, 2694, 2711, 2727, 2734, 2806, 2852, 2881, 2895, 3087.
64. 李仲梓. 醫宗必讀. 서울:목과토. 2000:953-6, 864, 938, 943.
65. 喩昌. 醫門法律. 중화의서집성. 북경:중의고적

출판사. 1999:289-90.
66. 周命新. 醫門寶鑑. 서울:행림서원. 1971:300-2.
67. 陳士鐸. 辨證奇問全書. 대전:주민출판사. 2005:310-6.
68. 陳士鐸. 石室秘錄. 서울:행림출판사. 1976:13, 48, 49.
69. 程國彭. 醫學心悟. 서울:서원당. 1994:224-5, 182, 153.
70. 葉天士. 臨証指南醫案. 상해:상해과학기술출판사. 2000:410-3.
71. 何夢瑤. 醫碥. 중화의서집성. 북경:중의고적출판사. 1999:150.
72. 林珮琴. 類證治裁. 북경:중의고적출판사. 1999:6-9, 12, 19, 58-9, 104, 133, 160, 168-9, 174-5.
73. 康命吉. 濟衆新編. 서울:여강출판사. 1992:163-4.
74. 唐宗海. 血證論. 서울:일중사. 2003:240-4, 309-10, 320-1, 326-7, 335, 338, 341, 344, 346, 350, 352, 365, 383-4.