

# 눈이 피로하면 온몸이 피로하다

## 안구건조, 눈피로, 만성피로 - 3단계 치료로 해결

### 안구건조 · 눈피로 **눈이 마르고 건조하며 침침하고 쏟아질 것처럼 피로하다**



최근 직장인 및 수험생, TV를 자주 보는 어린이들 가운데 눈이 침침하고 머리가 무거워지는 증세를 호소하는 경우가 늘어나고 있다. 조금만 책을 들여다보거나, 컴퓨터 모니터를 보다보면 눈이 쏟아질 것 처럼 피로하고 머리까지 무거워지는 증상을 보인다. 이런 증상을 '안구건조(眼球乾燥) 또는 안정피로(眼精疲勞)'라고 한다.

눈피로는 보통 사람이라면 별로 피곤하지 않을 정도의 상황에서도 쉽게 눈에

피로를 느끼고, 두통이나 시력장애, 복시(複視-사물이 두 개로 보이는 현상)를 일으키고, 심할 때는 구토까지도 일으키는 질환이다. 물론 난시, 원시, 사시의 소유자는 더욱 빨리 피로증세를 보인다. 정상적인 시력을 갖고 있으면서도 안정피로 증상을 호소한다면 원인은 간에서 찾아야한다. 과도한 스트레스로 인해 간 기능이 울체되고 시간이 지나 간화(肝火) 혹은 간열(肝熱)이 쌓이면 그 열이 머리와 눈으로 표출된다. 이 때 간

의 화기(火氣)가 인체의 상부인 머리와 눈에 영향을 미쳐 눈이 마르고 건조해지며, 침침해지고 피로해지며 심하면 '눈에서 불을 뿜는 것 같은' 극심한 피로감을 느끼게 되는 것이다.

또한 눈을 뜨기가 힘들어 눈을 감고자하고 상대방 눈을 쳐다보기가 힘들며 상대방도 내 눈을 쳐다보면 눈이 피로해진다거나 눈에 이물감이 있는 것 같고 말기상황에 가까워지면 눈에 통증을 느끼게 되는 것이다.

### 만성피로 **쉬어도 쉬어도 피로가 풀리지 않는다**



전신피로는 아무리 검사를 해봐도 특별한 질환으로 발견되지 않지만 일상에 미치는 영향력은 매우 크다. 조금만 육체적인 일을 해도 피곤이 가중되며, 휴일에 잠을 자도 피곤이 개선되지 않고 깊은 잠을 잘 수도 없다.

뺨뺨이 항상 뻗뻗하다. 눈이 자주 침침해지고 입이 자주 마른다. 업무능력이 크게 떨어진다. 폭 자고 쉬기 등 나름대로

의 '피로회복 대책'으로 피로를 풀려고 할 뿐 피로를 병원에 가서 진단을 받고 치료해야 할 질환이라 생각하는 경우는 드물다.

그러나 피로야말로 오히려 더 적극적으로 대처해야 할 질환이다. 과도한 피로증세는 몸이 더 이상 버티기 힘들어 내보내는 건강의 적신호이기 때문이다.

이런 전신피로, 만성피로증세는 한방치료가 제격이다. 단지 증상만을 잡는 것이 아니라 몸을 보(補)해주는 한약 자체의 특성으로 피로의 원인은 물론 몸의 건강 자체를 살려주기 때문이다.

인दार하의원은 이런 전신피로의 원인을 소화기의 약화와 기혈의 부족과 막힘, 그리고 정신적인 스트레스로 본다.

### 인दार하의원 치료법 **개별 맞춤 3단계 치료**



병의 치료기간은 통계적으로 병의 노출 기간과 비례한다는 것입니다. 예를 들어 병의 노출기간이 6개월 정도라면 조금 빠르거나 느릴 수는 있지만 병의 치료기간은 대략 10일 정도에서 치료된다는 것입니다. 지금까지 인दार하의원에 찾아

오는 환자들이 만성화될대로 된 상황에서 찾아오는 경우가 대부분이므로 그 치료는 단계적 체계적인 치료가 필요했습니다.

1단계에서는 환자 자신이 자각적인 효과를 느낄 수 있는 최소한의 시기까지

치료하므로 치료에 대한 확신을 느끼는 시기이며, 2단계에서는 증상의 30~80% 정도가 개선되고 마지막 3단계에선 환자가 느끼던 통증이나 불편함의 대부분이 해소되면서 활력적인 일상을 갖게 된다.



인दार하의원 대표원장 한의학박사 김영삼원장

**인दार하의원**  
www.indara.co.kr

광주광역시 서구 광천동 60-24 광주은행 6층  
(광천사거리 광천파출소 맞은편)

**광주점 062-368-5075**

대한한사협회 의료광고심의필 제120106-중-9820호 [광고]

현대인 누구나 겪고있는 스트레스성 질환의 해결법

# 안구건조, 눈피로, 만성피로, 해결책을 찾다!

■ 눈이 건조하고 피곤한 눈피로의 해결법

■ 스트레스와 과로에서 오는 만성피로 증상과 해결법



김영삼박사는 15년전 갑자기 찾아온 본인의 눈피로 증상을 치료하기 위해 연구에 연구를 거듭 당시 마땅한 치료법조차 없었던 눈피로, 안구건조 치료법을 창안해 내고 4년전 강남에서 최초로 눈피로, 안구건조로 특화 한의원 진료 시작.

눈피로, 안구건조와 만성피로 치료의 주 치료제인 <인목탕>과 <인보탕>은 2008년에 미국FDA의 안전성 승인을 획득까지 얻었다.

메디칼박스 문의 02-777-7540

인दार하의원 대표원장 한의학박사 김영삼 원장