

KIOM

온라인 콘텐츠북(e-book)



한국한의학연구원
KOREA INSTITUTE OF ORIENTAL MEDICINE



한국한의학연구원

4차 산업혁명시대 한의학, KIOM이 열어갑니다



미래의학으로서 한의학의 발전을 열어갑니다

4차 산업혁명시대에 한의학 기술과 인공지능의 접목은 필수적입니다. 한의학 빅데이터를 체계적으로 수집·분석하기 위한 한의 인공지능 플랫폼을 구축하고, ICT 융합 진단·예측 기술을 개발해 온 국민이 인공지능 한의사를 통해 맞춤형 치료를 제공받는 세상을 만들어가겠습니다.

한의학이 주도하는 새로운 융합의학을 향해 나아갑니다

저출산·고령화 등 환경변화와 함께 급증하고 있는 난치성·노인성·환경성 질환을 극복하기 위해 한·양방 통합의료 연구를 활성화하겠습니다. 한·양방 병용치료기술과 한약제제 기술 등 새로운 치료법을 개발해 국민의 삶의 질 향상에 기여하겠습니다.

한약의 새로운 가치와 안전성을 높여갑니다

국민이 체감하는 한약의 새로운 가치 창출에도 힘쓰겠습니다. 한약의 유효성과 안전성을 과학적으로 증명해 국민 모두가 안전하게 믿고 한약을 사용할 수 있도록 앞장설 것입니다.



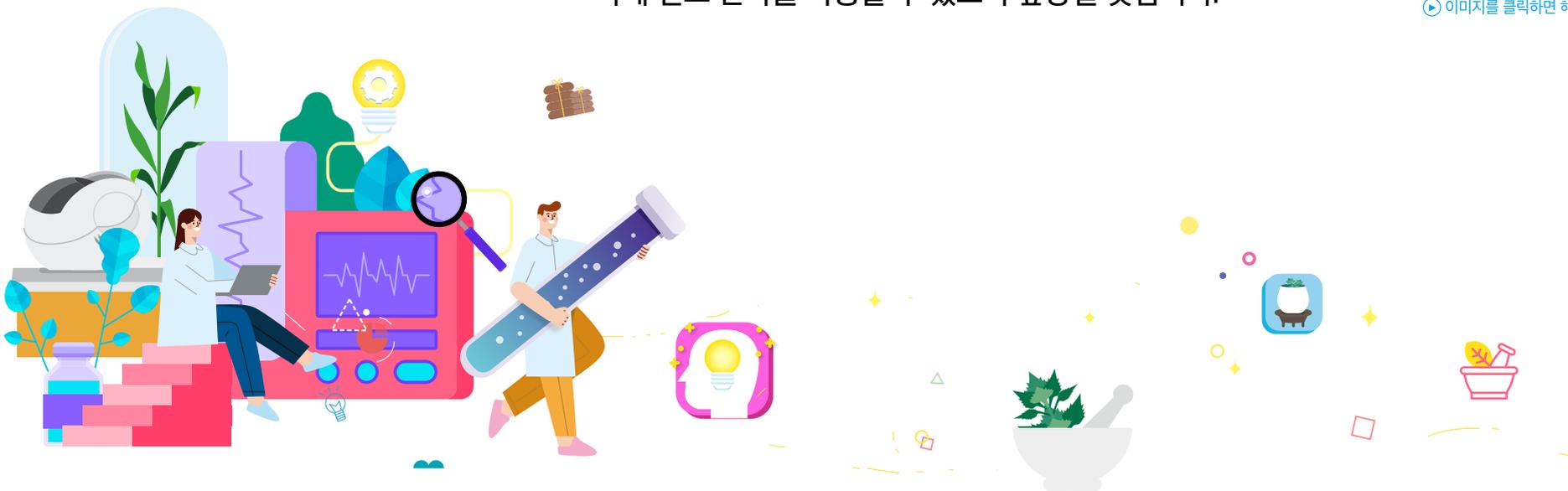
이 이미지를 클릭하면 해당 영상으로이동합니다



이 이미지를 클릭하면 해당 영상으로이동합니다



이 이미지를 클릭하면 해당 영상으로이동합니다





키오미 팩트체크

**한의학에 대한 오해?
과학적 근거로 팩트체크 해드립니다.**

- 한약, 간에 무리가 간다고? 4
- 입냄새 원인, 혀를 보면 알 수 있다? 14
- 아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?..... 24
- 내 머리 속의 지우개, 치매에는 발효십전대보탕? 36
- 안구건조증, 아직도 인공눈물 쓰시나요?..... 46
- 침 치료, 뇌를 변화시킨다? 58
- 체했을 때 지압하면 낫는 이유? 기분 탓 아닌 혈자리 탓 69



01

한약, 간에
무리가 간다고?



GO 카드뉴스 바로가기





01

한약, 간에 무리가 간다고?

KIOM
한국인민약연구원

?!
한약에 대해 꾸준히 제기되고 있는 **속설** 중 하나...

Q **한약 먹으면 간 손상?** 2015.07.03
한약을 지어먹고있습니다.. 그런데 저희어머니께서 한약 도 약이기때문에 독성이있고 일부에서는 간에 좋지않다고 한다며 한약을 한달만먹고 끊자고 하시네요. 전...

Q **한약 간에 안좋은가요?** 2011.11.22.
한약을 많이 먹으면 간에 좋지 않은가요?

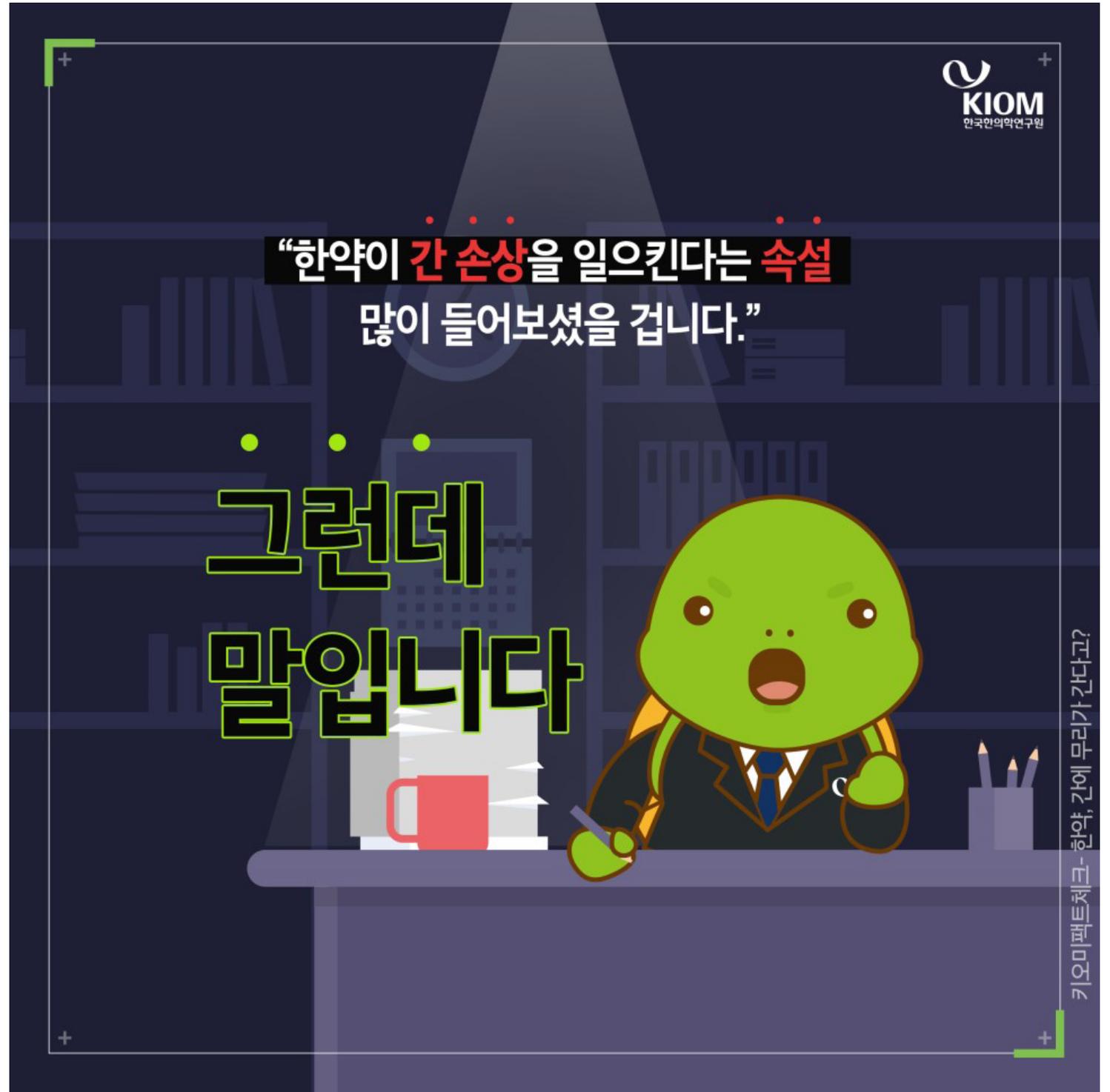
Q **한약먹고 간수치가 올라갈수 있나요?** 2014.04.23.
비염 치료하려다 한약으로 간손상이 된거 같은데 이제 간치료를 해야할것같은데 검사비용하고 치료비용하고 한의원에서 보상받는 방법이 있나요? 한의원도...

키오미팩트체크- 한약, 간에 무리가 간다고?



01

한약, 간에 무리가 간다고?





01

한약, 간에 무리가 간다고?

**이름 뒤집을 만한
흥미로운 연구 결과가 있습니다.**

**한국한의학연구원과 대전대 한방병원 연구팀이
전국 10개 대학 한방병원 입원환자를 관찰했습니다.**

연구결과

간염	30%
간경화	40%
간암	10%
기타	14%

키오미팩트체크- 한약, 간에 무리가 간다고?



01

한약, 간에 무리가 간다고?

KIOM
한국인민약연구원

한약 치료를 받은
1001명 입원환자 중 0.6%인 단 6명에게만
경미한 간 손상이 일어났습니다.

1001명 중 단 6명만 경미한 간 손상

0.6%

키오미팩트체크- 한약, 간에 무리가 간다고?



01

한약, 간에 무리가 간다고?

KIOM
한국인민약연구원

“어쨌든 **간 손상**이 일어난 것 아니냐고
반문하실 수도 있겠습니다”

● ● ●

**그런데
말입니다**

함께 보시죠!

키오미팩트체크- 한약, 간에 무리가 간다고?



01

한약, 간에 무리가 간다고?

환자의 간 손상 형태는 환경이나 조건에 의한 <특발성 형태>로 분석됐고, 추적 관찰 결과, 모두 자연회복 됐습니다.

간 손상 환자 회복그래프

시간	회복률
1개월	약 30%
2개월	약 60%
3개월	100%

회복완료!

자연회복

키오미팩트체크- 한약, 간에 무리가 간다고?



01

한약, 간에 무리가 간다고?

게다가 **간 손상 발병률 0.6%**라는 수치는 해외 양방병원에서 수행한 유사연구 발병률의 **약 1/2 수준**.
 스위스: 1.4%, 프랑스 1.3%

간 손상 비율 그래프

국가	간 손상 발병률 (%)
스위스	1.4%
프랑스	1.3%
한국	0.6%

해외 양방병원 대비 1/2 정도야!

키오미팩트체크- 한약, 간에 무리가 간다고?



01

한약, 간에
무리가 간다고?

검증 완료

이번 연구는 **한약의 안전을**
과학적으로 검증한 것으로
국제 저명 학술지인 '독성학아카이브
(ARCHIVES OF TOXICOLOGY, IF 5,9)'에 게재됐습니다.

키오미팩트체크-한약, 간에 무리가 간다고?



01

한약, 간에 무리가 간다고?





02

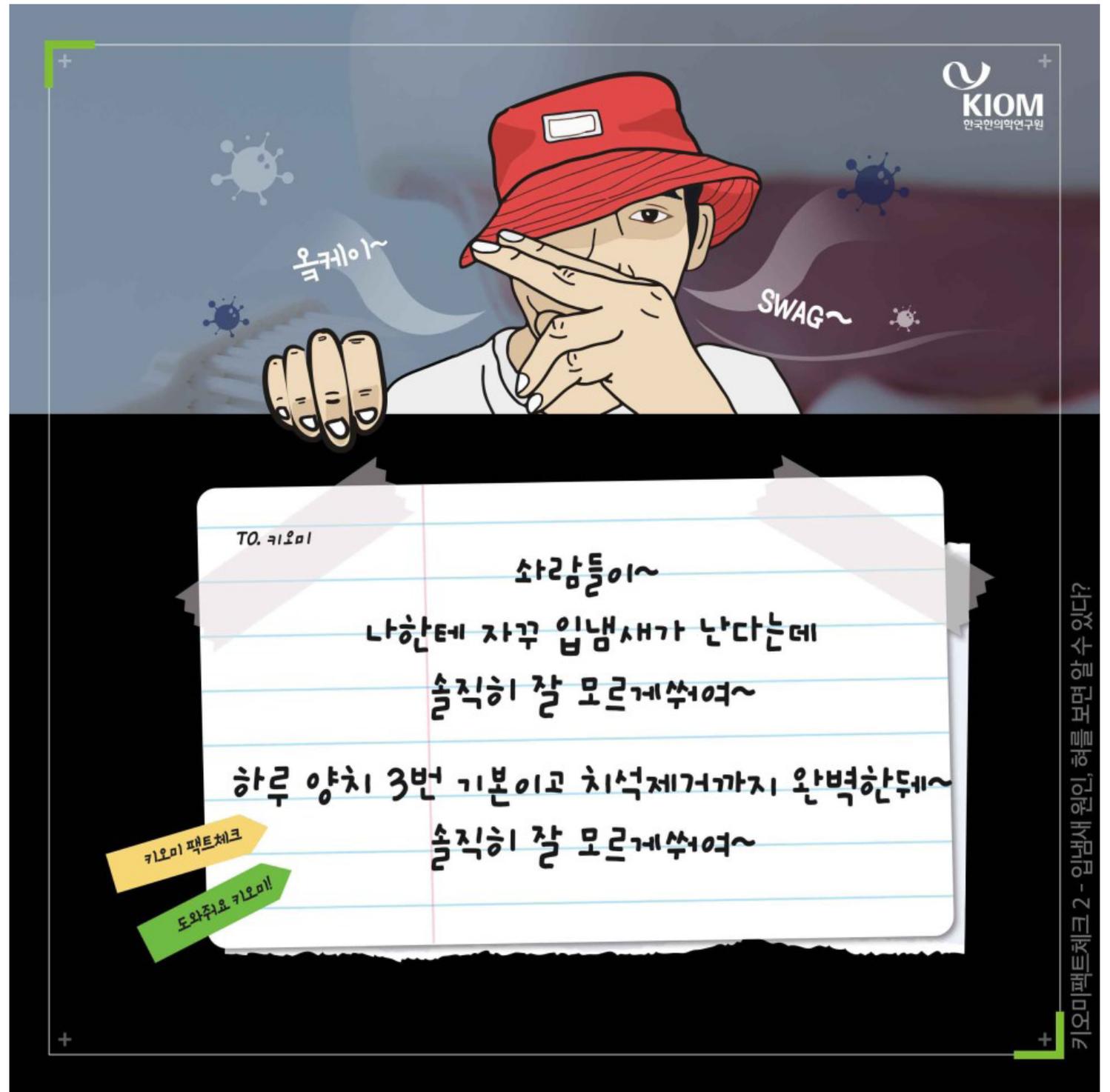
입냄새 원인,
혀를 보면 알 수
있다?





02

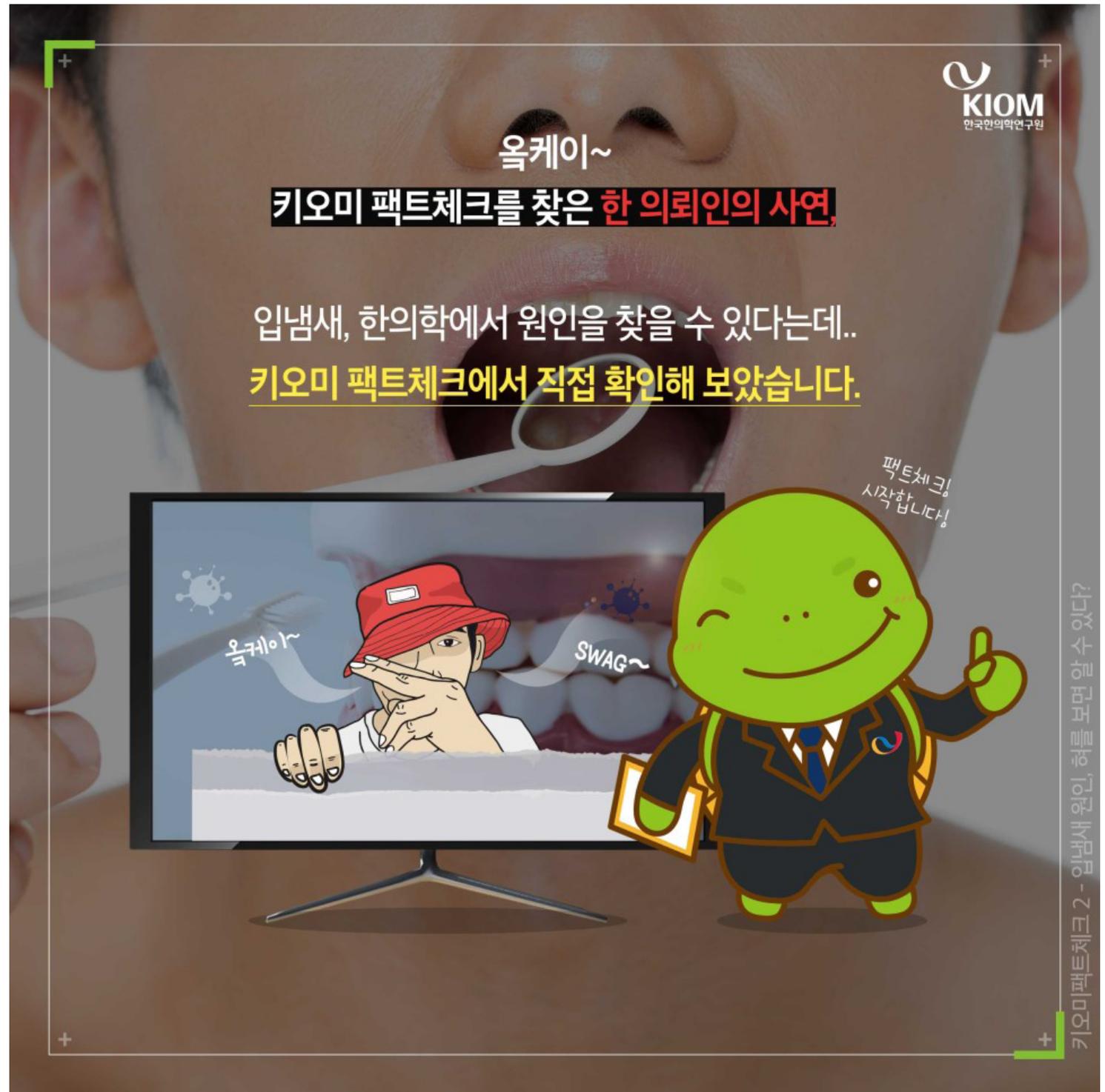
입냄새 원인, 혀를 보면 알 수 있다?





02

입냄새 원인, 혀를 보면 알 수 있다?





02

입냄새 원인, 혀를 보면 알 수 있다?

KIOM
한국인민약연구원

키오미팩트체크 취재진은 제보자 A씨를 찾았습니다.

입안을 확인해 본 결과,
잇몸과 치아에는 크게 눈에 띄는 문제가 없었는데요.

키오미팩트체크 2 - 입냄새 원인, 혀를 보면 알 수 있다?



02

입냄새 원인, 혀를 보면 알 수 있다?

“그런데 말입니다.”

취재진은 그의 입안, 바로 혀에서 무엇인가를 발견하게 됩니다!

건강한 사람의 혀 상태! 건강 상태에 따른 설질과 설태의 변화

담홍설 홍설 단 열문설

박태 후태 항태 항태+치존 후태

바로 누렇게 바짝 말라 갈라진 “혀”.

KIOM 한국인의학연구원

키오미팩트체크 2 - 입냄새 원인, 혀를 보면 알 수 있다?



02

입냄새 원인, 혀를 보면 알 수 있다?

오우... 심각한데?

키오미! 여기를 봐!

홍설 황태

진단 결과, 혀의 색은 정상보다 **붉은 홍설**이었고 혀 표면을 덮고 있는 설태의 색은 **누런 황태**에 해당했습니다.

*홍설 : 혀의 색깔이 정상보다 붉은 경우 *황태 : 설태의 색깔이 누런 것

키오미팩트체크 2 - 입냄새 원인, 혀를 보면 알 수 있다?



02

입냄새 원인, 혀를 보면 알 수 있다?



- 설진기를 개발한 김근호 책임연구원 -

“A씨는 흥설과 황태의 혀 특징을 보이며,
가장 큰 원인은 위장의 열 때문입니다.

몸속에서 올라오는 열로 인해
건조해진 입안은 대화 시 심한 입냄새를 동반하기도 합니다.”

키오미팩트체크 2 - 입냄새 원인, 혀를 보



02

입냄새 원인, 혀를 보면 알 수 있다?

놓칠 수 없는 설진기의 **핵심포인트!**

- ☑ 4,000여건의 임상데이터 기반 분석!
- ☑ 3차원 영상촬영으로 혀의 형태적 특징(치흔, 크기 등)의 정밀분석 가능!
- ☑ 수면이상 및 배변장애 등 만성질환 진단 가능!
- ☑ 국내 최초로 개발된 보건기술에 부여하는 인증마크인 보건신기술 (NET) 인증 완료!

"혀 하나로 건강을 진단하다니,
놀라지 않을 수가 없습니다!"

키오미팩트체크 2 - 입냄새 원인, 혀를 보면 알 수 있다?



02

입냄새 원인, 혀를 보면 알 수 있다?

**개인 맞춤형
건강관리 시대!**

▲ 현재 개발 중인 모바일 설 영상 취득환경 프로그램

이제 곧 아침마다 **핸드폰으로**
건강상태를 파악할 수 있는 시대가 오지 않을까
키오미는 예측해봅니다.

키오미팩트체크 2 - 입냄새 원인, 혀를 보면 알 수 있다?



02

입냄새 원인, 혀를 보면 알 수 있다?

키오미 생활꿀팁!
내 혀는 무슨 색?
신기해~ 신기해~!

**혀를 내밀면
당신의 건강이 보인다!**

담백설	홍설	청자설
정상 상태의 혀보다 옅고 흰 색 양기, 기운, 혈액이 부족한 경우에 나타남	정상 상태의 혀보다 붉은 색 음기가 부족하거나 발열을 수반하는 감염증상 증기에 나타남	정상 상태의 혀보다 푸르스름하면서 붉은 색. 혈액 순환 장애가 있는 경우에 나타남

우와~ 그렇구나!

KIOM
한국인의학연구원

키오미팩트체크 2 - 입냄새 원인, 혀를 보면 알 수 있다



03

아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?





03

아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?





03

아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?



KIOM
한국한의학연구원



**본격적인 취재에 들어가니
많은 사람들이 아토피로 인한
스트레스에 시달리며 해결책을 찾고 있습니다.**

Q 유아아토피 스트레스 2017.12.05.
아토피라고 하네요.. 자꾸 몸을 긁고 상처내고 해서 못하게 말려도 언제 또 긁는지 상처나있고... 유아아토피 치료를 한다면 효과도 없는 것 같아요 계속 유아아토피가...



Q 이거 아토피인가요..?? 스트레스 받 2018.06.29.
이거 아토피인가요..?? 스트레스 받을때 긁었는데 저렇게 됐는데 아토피예요..??

⋮

Q 아토피 때문에 너무 스트레스 받아요..ㅠ 2018.08.28.
아토피는 그대로 ㅠ ㅠ 최대한 안긁고 병원에서 처방해주거 약먹고, 식생활도 바꾸고 그러는데도 왜 효과가 없

Q 성인아토피 언제까지 치료 2018.01.11.
성인아토피 때문에 치료받아왔는데 아직도 낫질 않아요 ㅠ ㅠ ㅠ 성인아토피는 언제까지 치료를 해야 할까요?? 나아질순 있겠죠.? 성인아토피 때문에 너무 스트레스예요

⋮

키오미 팩트체크 3 - 아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?

 카드뉴스 바로가기





03

아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?

아토피 피부염이 체내 호르몬에 영향을 끼쳐 스트레스를 유발할 수 있다

저널오브피니아리서치 (Journal of pineal research) 17.9월호 게재 -

“진짜 아토피 피부염과 스트레스 사이에 연관성이 있나?” 의문을 품던 중, 흥미로운 연구결과를 발견했습니다.

Gunhyuk Park¹ | Seung Hoon Lee¹ | Dal-Seok Oh¹ | Yong-ung Kim²

아토피 피부염이 체내 호르몬에 영향을 끼쳐 스트레스를 유발할 수 있다

저널오브피니아리서치 (Journal of pineal research) 17.9월호 게재 -

키오미 팩트체크 3 - 아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?



03

아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?

한국한의학연구원 연구팀은 아토피 피부염을 앓고 있는 쥐의 피부, 뇌에서 특정 호르몬의 변화를 확인했습니다.

바로!

**스트레스 호르몬
코르티코스테론 증가**

**생체조절 호르몬
멜라토닌 감소**

KIOM 한국한의학연구원

키오미팩트체크 3 - 아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?



03

아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?

연구팀은 아토피 피부염과 특정 호르몬 사이의 상관 관계를 알아보기 위해 쥐에게 **특정 호르몬을 투여**했습니다.

결과는

아토피피부염 쥐

멜라토닌 투여

피부염 개선
스트레스 호르몬 코르티코스테론 감소

스트레스 호르몬 코르티코스테론 투여

아토피 피부염 악화

KIOM
한국한의학연구원

키오미팩트체크 3 - 아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?

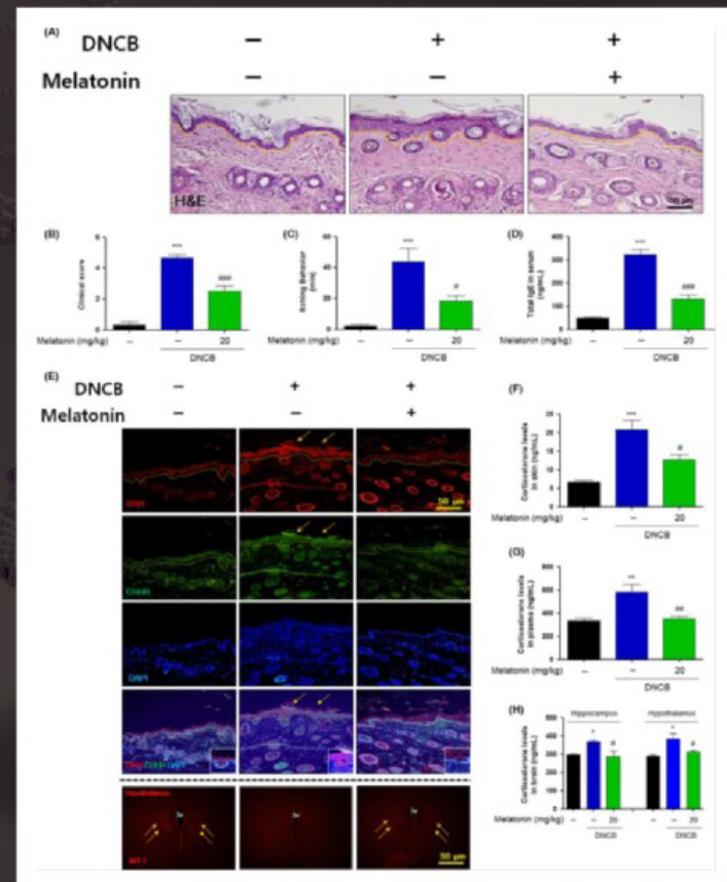


03

아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?

즉, 아토피 피부염은 스트레스를 유발할 뿐 아니라 생체리듬을 조절하는 멜라토닌을 감소시켜 수면 장애를 일으키고 그로인해 스트레스를 가중시킬 수 있다는 것입니다.

- 신경과학 분야 국제학술지
저널오브피니어리서치
(Journal of pineal research)
2017년 9월호에 게재 -



키오미 팩트체크 3 - 아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?



03

아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?

한가지 더!
한국한의학연구원이 개발한 천연 아토피 개선 물질,
KIOM-MA 128로 부작용 걱정 없이 증상이 완화됐다고 합니다.

	AD only	50	100	Elidel cream
Day 1				
Day 7				

Day 7

Scratching (count/hr)

AD	KIOM-MA128	PL	mg/kg	Scratching (count/hr)
-	-	-	-	~50
+	+	-	-	~360
-	-	+	50	~120
-	-	+	100	~140
-	+	+	-	~120

Day 7

Severity score (point)

AD	KIOM-MA128	PL	mg/kg	Severity score (point)
-	-	-	-	~12
+	+	-	-	~6.5
-	-	+	50	~3.5
-	-	+	100	~8
-	+	+	-	~8

Day 7

IgE (Pg/mL)

AD	KIOM-MA128	PL	mg/kg	IgE (Pg/mL)
-	-	-	-	~5500
+	+	-	-	~1200
-	-	+	50	~1500
-	-	+	100	~1500
-	+	+	-	~3000

▲ KIOM-MA 128 피부 도포를 통한 아토피성 피부염 치료 효능 실험

아토피 피부염 쥐에게 KIOM-MA 128 투여한 결과
피부 긁는 횟수 ↓ 7일째 염증 ↓

키오미 팩트체크 3 - 아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?



03

아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?

What is
KIOM-MA 128?

- ✓ 19가지 한약재 추출물의 유산균 발효물
- ✓ 각질세포의 성장을 돕고 항아토피, 항염증 효과
- ✓ '국제화장품원료집(ICID)' 에 등재

* ICID: 세계적인 화장품 원료 선택의 기준

감초	당귀	산조인	호장근	우방자
지유	인삼	 KIOM-MA 128에 함유된 한약재	현삼	고삼
금은화	독활	목향	방풍	어성초
연교	음양곽	자초	황금	천궁

키오미 팩트체크 3 - 아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?



03

아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?

키오미 아토피 환경요법 Tip!

생활에서 찾는 아토피 치료요법으로 건강한 삶을 만들어 보아요~

<p>환기</p> <ul style="list-style-type: none"> · 하루 1시간 정도 창문을 전부 연다 · 선풍기, 공기청정기도 효과적 · 실내에선 흡연 금지 	<p>청소</p> <ul style="list-style-type: none"> · 집먼지 진드기 예방 위해 매일 실시 · 진공청소기로 청소 후 물걸레질
<p>새집증후군</p> <ul style="list-style-type: none"> · 되도록 2~3년 이상된 집을 고른다 · 입주전 7일 이상 고온난방으로 유해물질 배출 · 오전 10시 이후, 오후 9시 이전 1일 2회 환기 	<p>실내 온도와 습도</p> <ul style="list-style-type: none"> · 실내온도(18~22℃) 유지 · 습도(50~60%) 유지

키오미 팩트체크 3 - 아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?



03

아토피 피부염이 스트레스를 늘린다?





04

내 머리 속의 지우개, 치매에는 발효십전대보탕?



카드뉴스 바로가기





04

내 머리 속의 지우개, 치매에는 발효십전대보탕?



영화 '내 머리 속의 지우개' 의 주인공
수진(손예진)이 **알던 병,**



알츠하이머형 치매

사진출처 : 영화 내 머리 속의 지우개 中



키오미팩트체크5 - 내 머리 속의 지우개, 치매에는 발효 십전대보탕?



04

내 머리 속의 지우개, 치매에는 발효십전대보탕?

가족은 물론 자신까지 기억하지 못하게 됩니다.
이처럼 치매는 노년층은 물론
젊은층도 걸릴 수 있는
두려운 질환 중 하나.

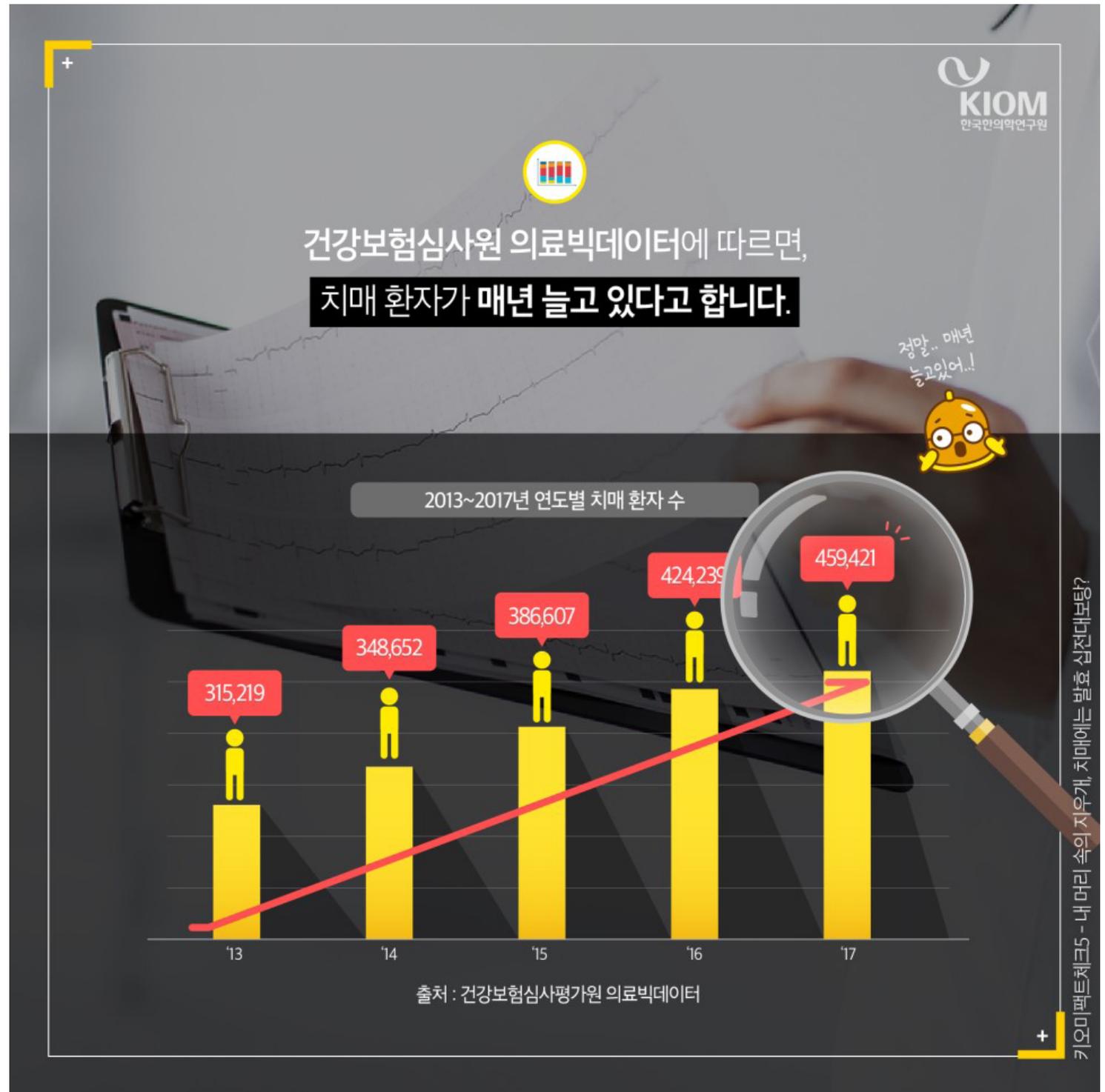
KIOM
한국한의학연구원

키오미팩트체크5 - 내 머리 속의 지우개, 치매에는 발효 십전대보탕?



04

내 머리 속의 지우개, 치매에는 발효십전대보탕?





04

내 머리 속의 지우개, 치매에는 발효십전대보탕?



키오미팩트체크5 - 내 머리 속의 지우개, 치매에는 발효 십전대보탕?



04

내 머리 속의 지우개, 치매에는 발효십전대보탕?

한국한의학연구원이
발효 십전대보탕에서
그 답을 찾았습니다!

wOW~!

십전대보탕 구성 약재

				
백출	복령	감초	숙지황	천궁
				
당귀	작약	육계	인삼	향기

십전대보탕 구성 약재 + 발효기술 ✨

키오미팩트체크5 - 내 머리 속의 지우개, 치매에는 발효 십전대보탕?



04

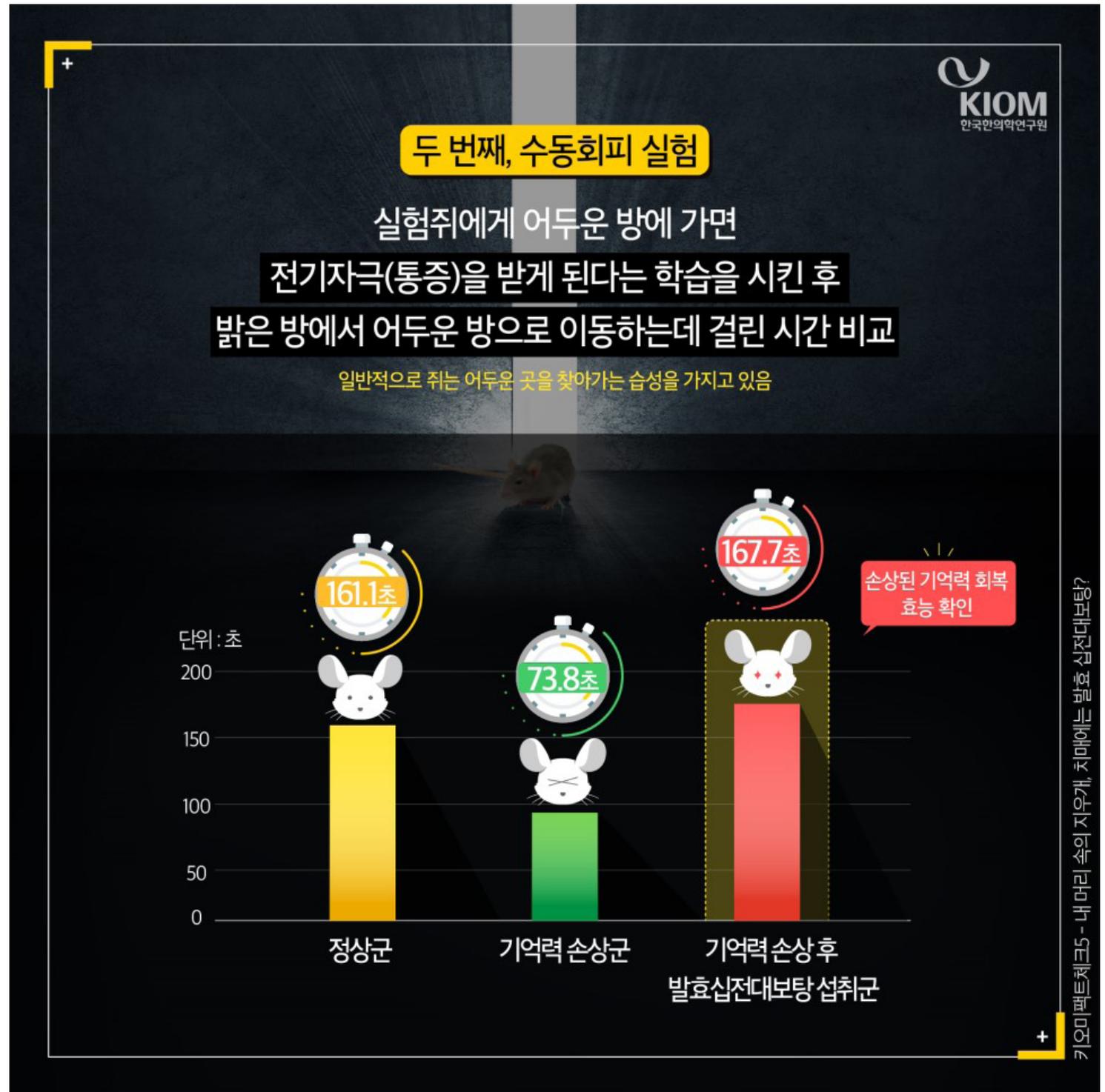
내 머리 속의 지우개, 치매에는 발효십전대보탕?





04

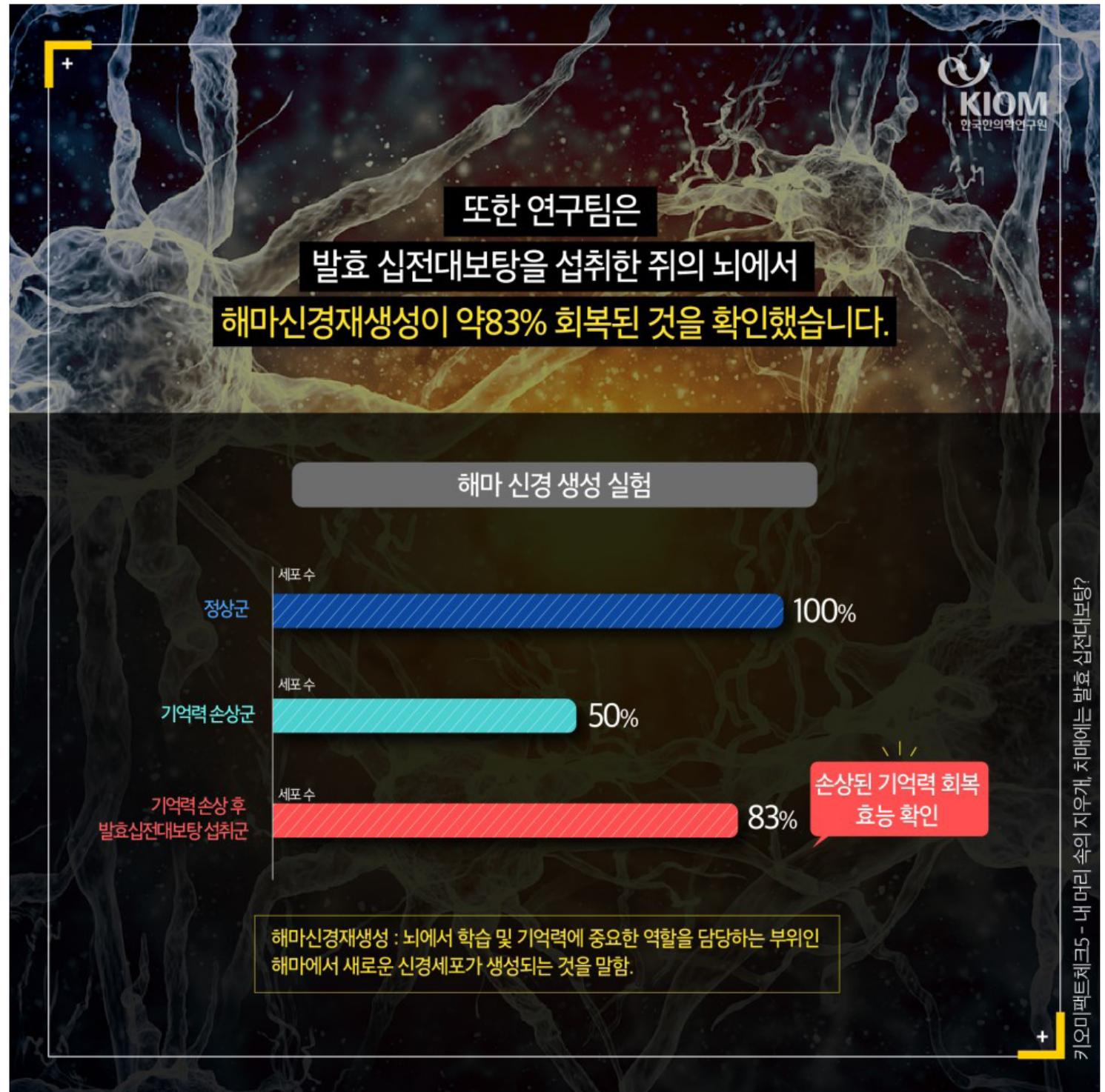
내 머리 속의 지우개, 치매에는 발효십전대보탕?





04

내 머리 속의 지우개, 치매에는 발효십전대보탕?





04

내 머리 속의
지우개, 치매에는
발효십전대보탕?

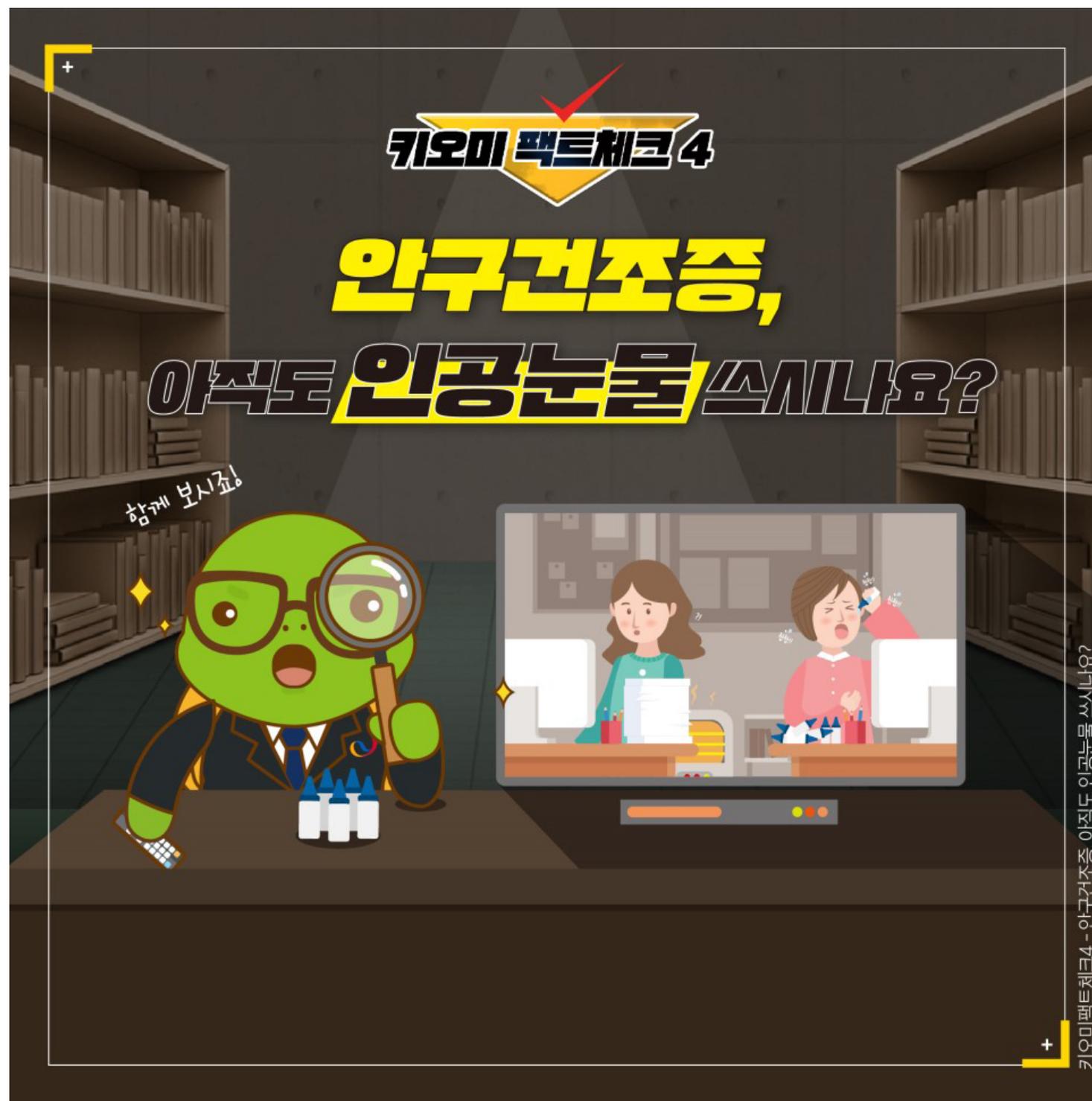


키오미팩트체크5 - 내 머리 속의 지우개, 치매에는 발효 십전대보탕?



05

안구건조증,
아직도 인공눈물
쓰시나요?



GO 카드뉴스 바로가기





05

안구건조증, 아직도 인공눈물 쓰시나요?



GO 카드뉴스 바로가기





05

안구건조증,
아직도 인공눈물
쓰시나요?



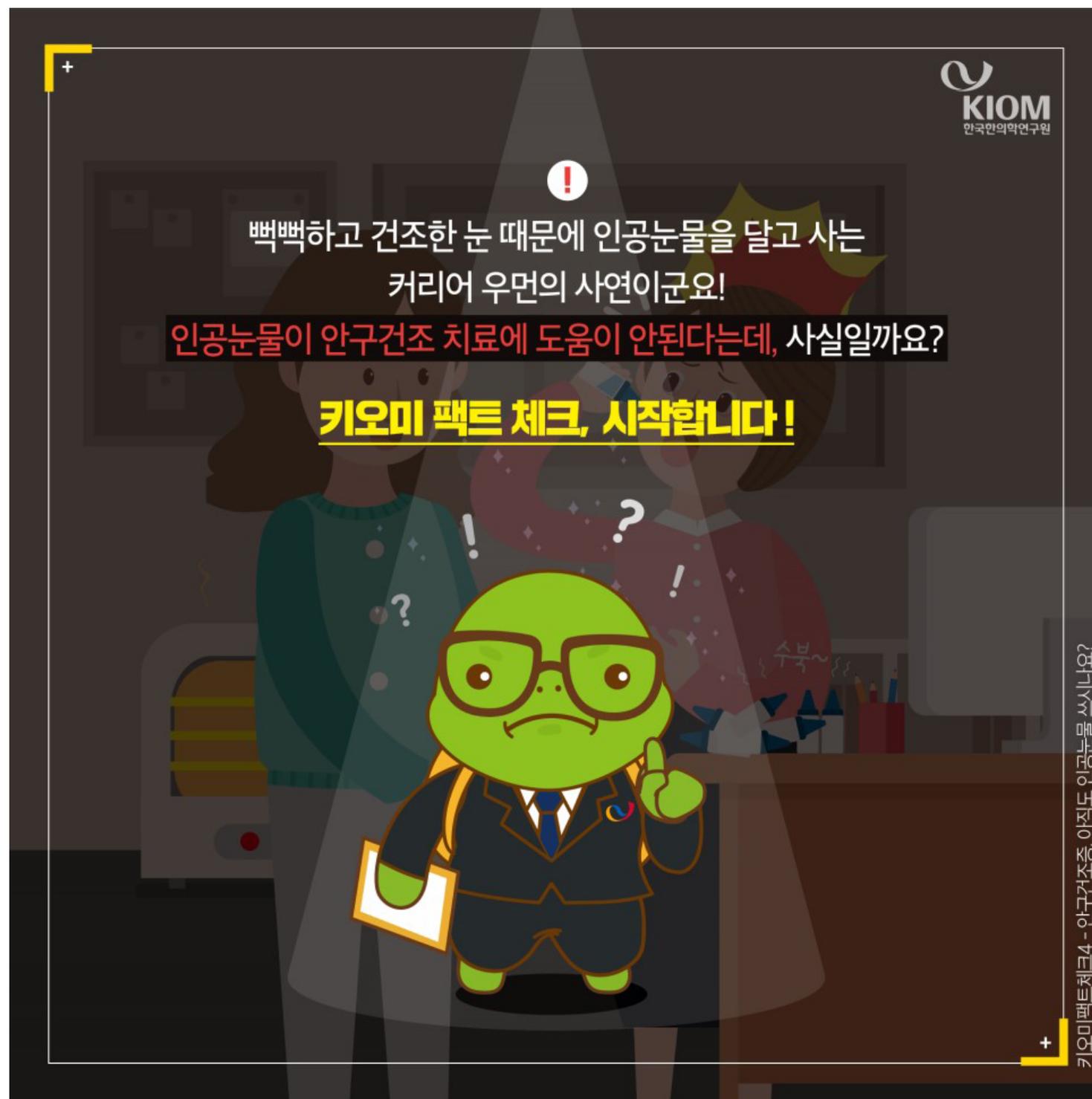
GO 카드뉴스 바로가기





05

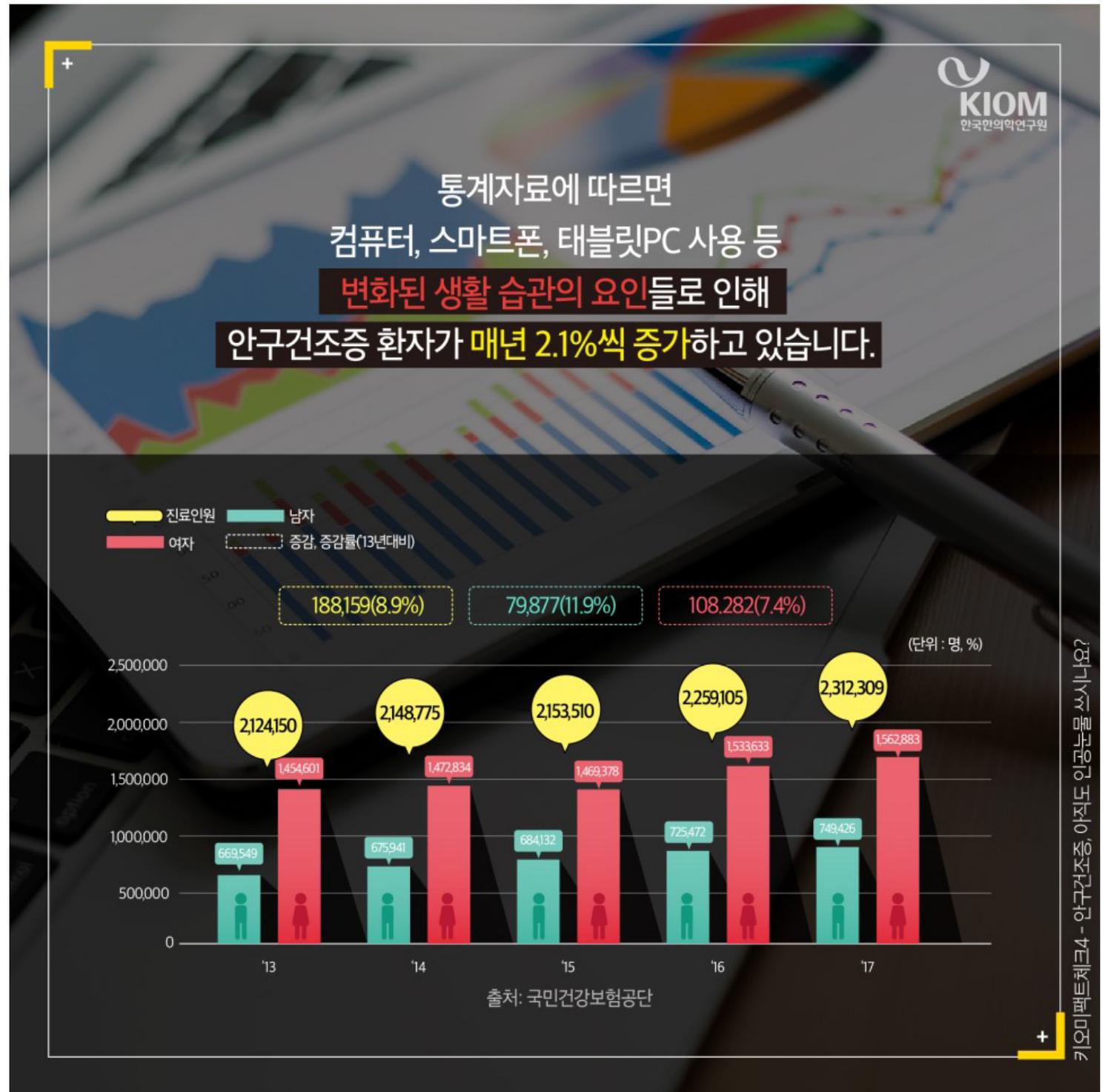
안구건조증,
아직도 인공눈물
쓰시나요?





05

안구건조증, 아직도 인공눈물 쓰시나요?





05

안구건조증, 아직도 인공눈물 쓰시나요?

매년 증가하고 있어!

관련 업계에 따르면, 매년 안구건조증 환자가 증가하면서 인공눈물 시장 규모 또한 커지고 있다고 합니다.

국내 인공눈물 시장규모

연도	국내 점안제 시장규모 (단위: 억원, 만명)
'12	1,079
'13	1,183
'14	1,414
'15	1,560
'16	1,779

출처: IMS헬스데이터

키오미 팩트체크4 - 안구건조증, 아직도 인공눈물 쓰시나요?



05

안구건조증,
아직도 인공눈물
쓰시나요?





05

안구건조증,
아직도 인공눈물
쓰시나요?

안구건조증의 근본적인 치료방법에 대해 조사를 하던 중, 침 치료와 관련된 연구결과를 발견했습니다.

WOW~!

OPEN ACCESS | Peer-reviewed article

PLOS ONE

Acupuncture for the Treatment of Dry Eye: A Multicenter Randomised Controlled Trial with Active Comparison Intervention (Artificial Teardrops)

Tae-Han Kim^{1,2}, Jung Won Kang^{1,3}, Han Hyung Kim^{1,4}, Kyung-Won Kang^{1,5}, Ho-Suk Shin¹, So-Young Jung¹, Ae-Ran Kim¹, Hye-Jung Jung¹, Jin-Dong Choi¹, Kwon Eui Hong¹, Seung-Daek Lee¹, Sun-MG Choi^{1*}

¹Department of Ophthalmology, Seoul National University Hospital, Seoul, South Korea, ²Department of Ophthalmology, College of Oriental Medicine, Seoul National University, Seoul, South Korea, ³Department of Ophthalmology, Seoul National University Hospital, Seoul, South Korea, ⁴Department of Ophthalmology, Seoul National University Hospital, Seoul, South Korea, ⁵Department of Ophthalmology, Seoul National University Hospital, Seoul, South Korea

Abstract

Purpose: To evaluate the effects of acupuncture compared to a control group using artificial tears.

Methods: Setting & design: Multicenter randomized controlled trial with local research hospitals of South Korea. Study Population: 750 patients with moderate to severe dry eye. Intervention: Participants were randomly allocated into four groups of acupuncture treatment (Bilateral BL2, GB4, TE 25, E41, SJ1, GB43, LA 10) and single (GB25) or to the artificial tear group (artificial tear) or to the active comparison intervention (artificial tear). The weekly randomization code (R025), the file (link) and time (17:00), software (1 bit, visual analogue scale (VAS) for self-assessment of ocular discomfort, general assessment by both investigator practitioners and participants) and quality of life (QOL) through the Medical Outcomes Profile-2 (MOP-2).

Results: There was no statistically significant difference between two groups for the improvement of dry eye symptoms as measured by OSDI (MD = 16.51, 95% CI [-20.91, -11.22] with acupuncture and -15.37, 95% CI [-19.57, -11.16] with artificial tears, P = 0.415), VAS (acupuncture = -23.84 [-28.59, -19.09], artificial tears = -22.21 [-27.24, -17.18], P = 0.302) or quality of life (acupuncture = 1.33 [-1.63, -0.96], artificial tears = -0.86 [-1.32, -0.40], P = 0.42) immediately after treatment. However, compared with artificial tears group, the OSDI (acupuncture = -18.12 [-21.25, -14.99], artificial tears = -18.76 [-21.25, -16.27], P = 0.008) and VAS (acupuncture = -23.88 [-28.1, -19.65], artificial tears = -14.71 [-20.66, -8.76], P = 0.002) were significantly improved in the acupuncture group at 8 weeks after the end of acupuncture treatment. FOSIT measurements increased significantly in the acupuncture group after treatment.

Conclusions: Acupuncture may have benefits as the most-tolerable alternative to dry eye treatment compared with artificial tears.

Key registration: ClinicalTrials.gov NCT01932221 | <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0206638>

Check for updates: Kim TW, Kang JW, Kim HH, et al (2019) Acupuncture for the Treatment of Dry Eye: A Multicenter Randomised Controlled Trial with Active Comparison Intervention (Artificial Teardrops). *PLoS ONE* 14(10): e0206638. doi:10.1371/journal.pone.0206638

Received: January 15, 2019 | **Accepted:** April 4, 2019 | **Published:** May 17, 2019

Copyright: © 2019 Kim et al. This is an open access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

Funding: This study was supported by the Development of Acupuncture, Moxibustion and Medical-Sensory Health Technology Project (E1408) of the Korea Ministry of Health. The funders had no role in study design, data collection and analysis, decision to publish, or preparation of the manuscript.

Competing interests: The authors have declared that no competing interests exist.

*** To whom all correspondence should be addressed:** smchoi@plaza.snu.ac.kr

Introduction

Dry eye syndrome is a common ophthalmologic disorder causing ocular discomfort in daily life. An increased knowledge of the eye pathology has changed the definition of dry eye syndrome from describing a single ocular disorder related to ocular surface dryness or evaporation to describing a multifactorial disease, which may include ocular inflammation or tear film instability [1]. According to previously published literature, the overall prevalence of dry eye syndrome is estimated to be 5 to 35 percent in various populations [2]. Moreover, the incidence is increasing, which may be related to changes in life style and working environments, increased average life expectancy and usage of medical intervention that can cause dry eye syndrome, including laser-treated eye surgery, cataract surgery, refractive corneal therapy, contact lenses, and medications, such as antihistamines and diuretics [3].

Recent studies have suggested that dry eye syndrome may pose a considerable economic burden on the patient and on society [4,5]. Patients with dry eye syndrome not only have ocular discomfort but also visual disturbances themselves, the impact is significant, affecting individual daily activities such as driving and

PLOS ONE | [www.plosone.org](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0206638) | May 2019 | Volume 14 | Issue 5 | e0206638

WOW~!

안구건조증 침치료 효과 확인 논문
Acupuncture for the treatment of dry eye: a multicenter randomized controlled trial with active comparison intervention (artificial tears). *PLoS One*. 2019;14(5):e0206638. doi:10.1371/journal.pone.0206638. P: 4092

키오미팩트체크4 - 안구건조증, 아직도 인공눈물 쓰시나요?



05

안구건조증, 아직도 인공눈물 쓰시나요?

KIOM
한국한의학연구원

한국한의학연구원은 안구건조증 환자 150명 대상으로
침 치료 연구를 진행했습니다.

+ 침치료군 (75명) + + 인공누액군 (75명) +

9가지 혈에 4주간
주 3회 침치료

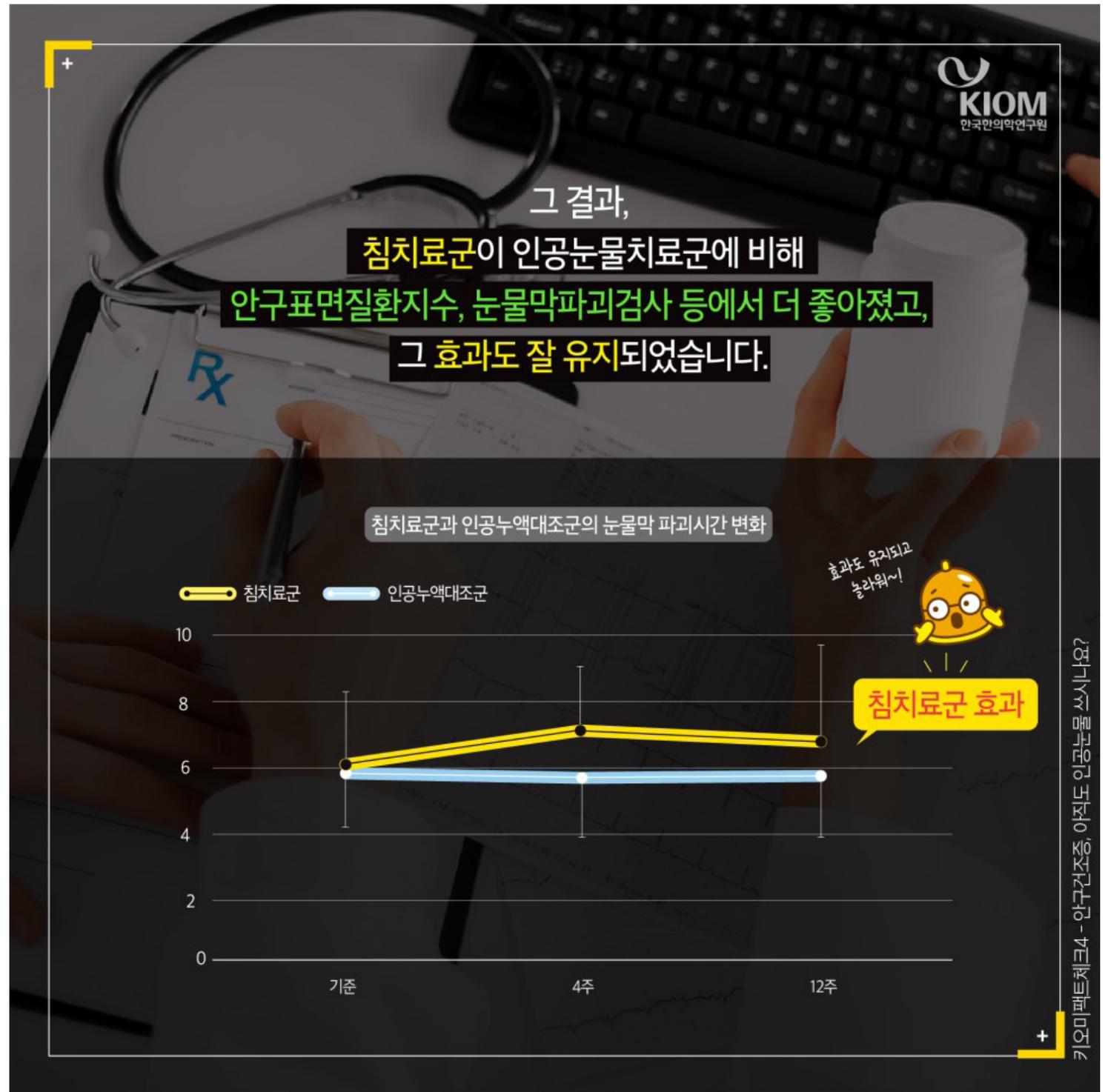
1일 1회 이상
4주간 인공누액 사용

키오미팩트체크4 - 안구건조증, 아직도 인공눈물 쓰시나요?



05

안구건조증, 아직도 인공눈물 쓰시나요?





05

안구건조증,
아직도 인공눈물
쓰시나요?

.....
인공눈물로 초기 치료가 안되었던

안구건조증

침 치료로 안녕~!

안구건조증아~!
어서 떠나랏!

이제 안녕~~

KIOM
한국안의약연구원

키오미팩트체크4 - 안구건조증, 아직도 인공눈물 쓰시나요?



05

안구건조증, 아직도 인공눈물 쓰시나요?

키오미 팩트팁 Tip!

안구건조증 개선에 도움되는 9가지 혈자리

- 찬죽(攢竹)
- 양백(陽白)
- 승읍(承泣)
- 사죽공(絲竹空)
- 풍지(風池)
- 태양(太陽)
- 함곡(合谷)
- 곡지(曲池)
- 상성(上星)

안구건조증 탈출~!

나도 해볼래!

KIOM 한국한의학연구원

키오미팩트체크4 - 안구건조증, 아직도 인공눈물 쓰시나요?



06

침 치료, 뇌를 변화시킨다?



침 치료, 뇌를 변화시킨다?

침 치료, 뇌를 변화시킨다?

GO 카드뉴스 바로가기





06

침 치료, 뇌를 변화시킨다?

KIOM 한국한의학연구원

!

침을 맞고나면 결리고 육신거리던 몸이
한결 개운해진 느낌

"..어..? 기분..탓인가?"

침 치료, 뇌를 변화시킨다?

GO 카드뉴스 바로가기





06

침 치료, 뇌를 변화시킨다?

BUT
많은 이들이 공감하는 침의 효과

- 침은 무서운데 효과는 짱인듯
- 통증 완화에 확실히 효과 있어여
- 침 맞으면 신기하게 안아픈듯

KIOM 한국한의학연구원

침 치료, 뇌를 변화시킨다?



06

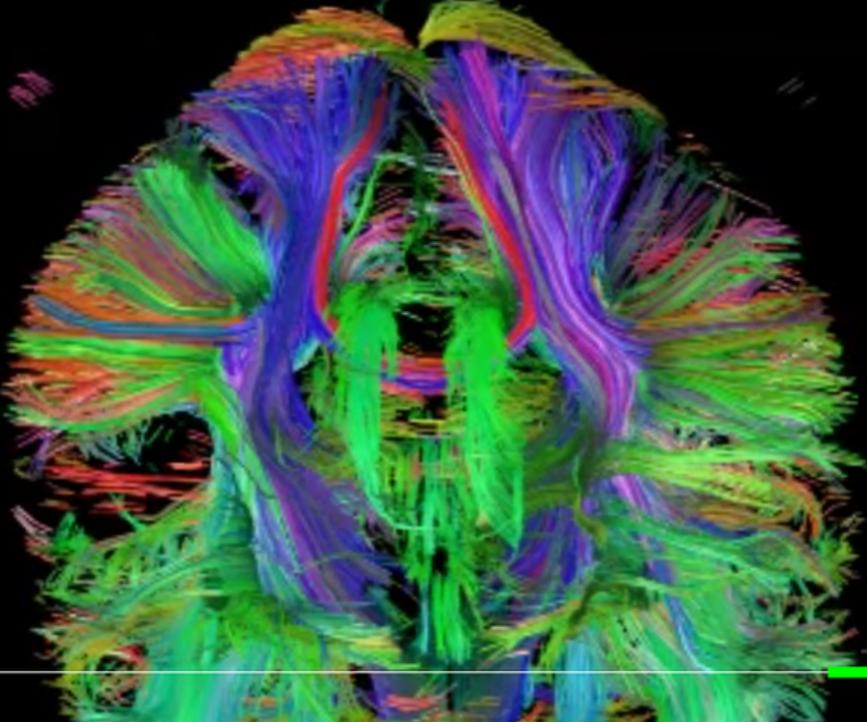
침 치료, 뇌를 변화시킨다?



기분 탓 NO!

한국한의학연구원과 하버드대 연구팀이
침 치료의 효과를 뇌 영상으로 입증했습니다.

▶▶▶
DTI(Diffusion Tensor Imaging, 확산텐서영상)로 찍은
뇌백질 데이터를 처리해서 얻은 트랙토그래피



침 치료, 뇌를 변화시킨다?



06

침 치료, 뇌를 변화시킨다?



GO 카드뉴스 바로가기





06

침 치료, 뇌를 변화시킨다?

KIOM 한국한의학연구원

검사를 통해 살펴보니
손목의 **신경전달 속도**가 빨라졌고

침 치료 후:
침 치료 전:

인대
정중신경

< 손목터널증후군으로 인해 느려졌던 신경전달 속도 빨라짐 >

침 치료, 뇌를 변화시킨다?



06

침 치료, 뇌를 변화시킨다?

그 결과,
아픈 손에 해당하는 뇌의 구조도 함께
정상적으로 회복됐습니다.

*출처: 미국 마르티노스센터 환자 MRI 촬영 과정 설명 영상

R L

<침 치료 후 변화한 뇌 영역>

침 치료, 뇌를 변화시킨다?



06

침 치료, 뇌를 변화시킨다?

또 정상인에 비해 좁아졌던
 검지와 중지 부위를 담당하는 **뇌 영역이**
본래 수준으로 회복됐고,
 3개월 후에도 **치료효과가 유지**됐습니다.

일차감각피질에서 검지 ②, 중지 ③, 소지 ⑤ 사이 거리

정상인 A 환자 B 환자 B의 침치료 후

침치료 후 회복됨

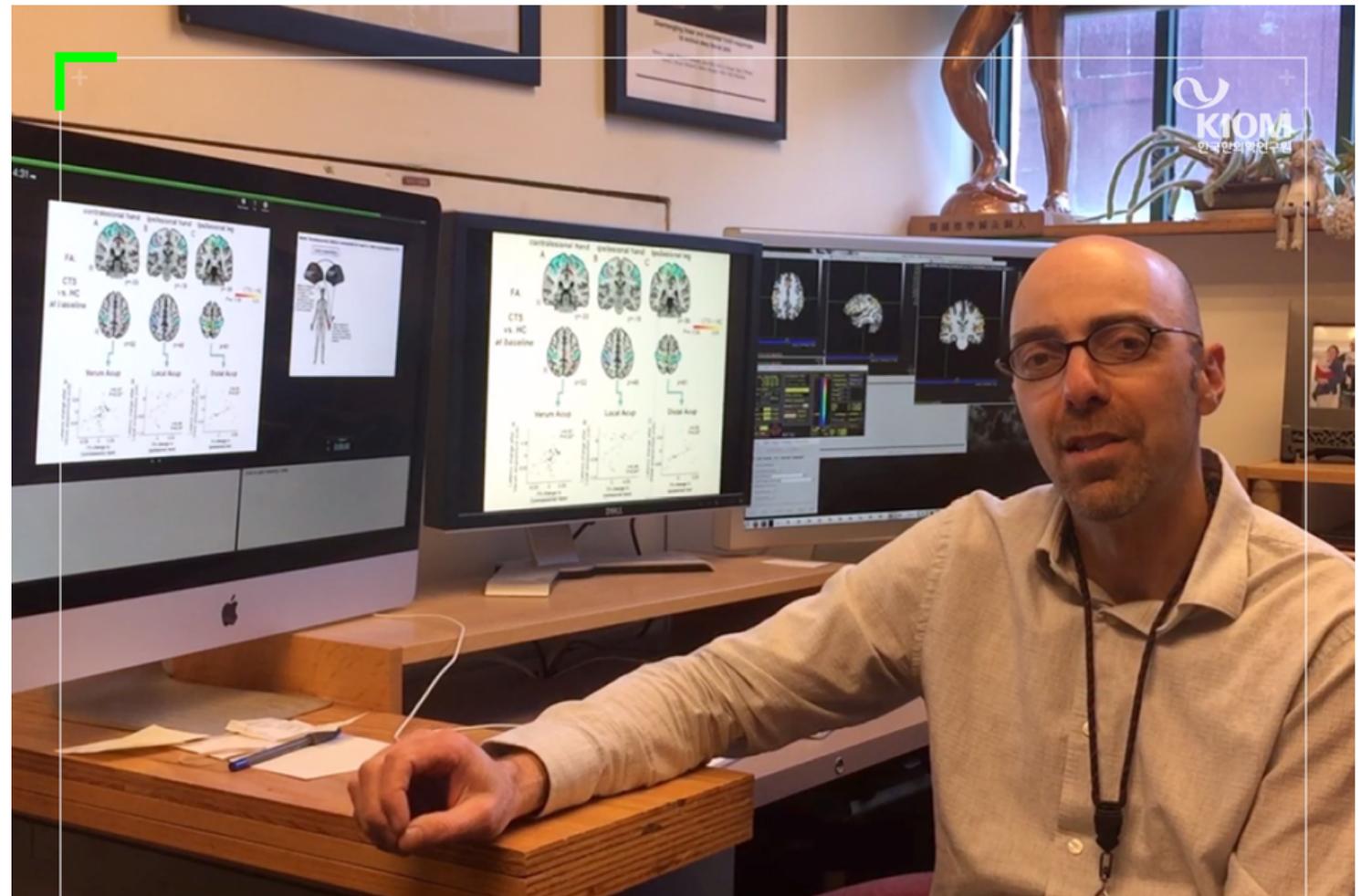
KIOM 한국한의학연구원

침 치료, 뇌를 변화시킨다?



06

침 치료, 뇌를 변화시킨다?



“ 이번 연구에서 발견한 흥미로운 사실은
만성 통증 환자의 뇌는
침 치료 효과를 전달하는 중요한 기관이라는 점입니다 ”

- 공동연구에 참여한 비탈리 내퍼도우 교수 / 하버드 의대 -

침 치료, 뇌를 변화시킨다?



06

침 치료,
뇌를 변화시킨다?

Rewiring the primary somatosensory cortex in carpal tunnel syndrome with acupuncture

Yumi Maeda,^{1,2*} Hyungjun Kim,^{1,3*} Norman Kettner,² Jieun Kim,^{1,3} Stephen Cina,¹ Claire McManus,⁴ Rebecca Ong-Sutherland,⁴ Pia Mazzacane,¹ Alexandros Liliak,¹ Ishfaq Mawla,¹ Leslie R. Morse,⁵ Ted J. Kaptchuk,⁶ Joseph Audette,¹ and Vicky Napadow^{1,2}

*These authors contributed equally to this work.

Carpal tunnel syndrome is the most common entrapment neuropathy, affecting the median nerve at the wrist. Acupuncture is a minimally-invasive and conservative therapeutic option, and while rooted in a complex practice ritual, acupuncture overlaps significantly with many conventional peripherally-focused neuromodulatory therapies. However, the neurophysiological mechanisms by which acupuncture impacts neuropathic/physiological and electrophysiological outcomes are not well understood. Eighty patients (n=80, 61 female, age 49.3 ± 6.4 years) were enrolled and randomized into three intervention arms: (i) verum electro-acupuncture local to the more affected hand; (ii) verum electro-acupuncture at 'distal' body sites, near the ankle contralateral to the more affected hand; and (iii) local sham electro-acupuncture using non-penetrating placebo needles. Acupuncture therapy was provided for 16 sessions over 8 weeks. Boston Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire assessed pain and paraesthesia symptoms at baseline, following therapy and at 3-month follow-up. Nerve conduction studies assessing median nerve sensory latency and brain imaging data were acquired at baseline and following therapy. Functional magnetic resonance imaging assessed somatosensory in the primary somatosensory cortex using vibrotactile stimulation over three days (1, 3 and 5). While all three acupuncture interventions reduced symptom severity, verum local and distal acupuncture were superior to sham in producing improvements in neurophysiological outcomes, both local to the wrist (i.e. median sensory nerve conduction latency) and in the brain (i.e. digit 2/3 cortical representation distance). Moreover, greater improvement in secondarily identified cortical representation distance following verum acupuncture produced sustained improvements in symptom severity at 3-month follow-up. We further explored potential differential mechanisms of local versus distal acupuncture using diffusion tensor imaging of white matter microstructure adjacent to the primary somatosensory cortex. Compared to healthy adults (n=34, 24 female, 47.7 ± 5.9 years old), patients with carpal tunnel syndrome demonstrated increased fractional anisotropy in several regions and, for these regions we found that improvement in median nerve latency was associated with reduction of fractional anisotropy near (i) contralateral hand area following verum, but not sham, acupuncture; (ii) ipsilateral hand area following local, but not distal or sham, acupuncture; and (iii) ipsilateral hand area following distal, but not local or sham, acupuncture. As these primary somatosensory cortex subregions are directly targeted by local versus distal acupuncture (stimulation), acupuncture at local versus distal sites may improve median nerve function at the wrist by non-specifically distinct neurophysiology in the primary somatosensory cortex following therapy. Our study further suggests that improvements in primary somatosensory cortex somatosensory can predict long-term clinical outcomes for carpal tunnel syndrome.

1. Athinoula A. Martinos Center for Biomedical Imaging, Department of Radiology, Massachusetts General Hospital, Charlestown, MA, 02129, USA
2. Department of Radiology, Logan University, Chesterfield, MO, 63017, USA
3. Clinical Research Division, Korean Institute of Oriental Medicine, Daejeon, 34014, South Korea
4. Department of Physical Medicine and Rehabilitation, Springfield Rehabilitation Hospital, Springfield, MA, 01111, USA

Received August 21, 2016; Revised December 9, 2016; Accepted December 17, 2016.
© The Author 2017. Published by Oxford University Press on behalf of the International Brain Research Organization. All rights reserved.
For Permissions, please email: journals.permissions@oup.com

침 치료가 뇌 구조를 변화시킨다

- Brain, IF 10.1 게재 -

이번 연구는
침 치료가 뇌 구조를 변화시킨다는 사실을
최초로 밝힌 것으로 세계적 신경학 권위지 브레인
[Brain, IF 10.1]에 게재됐습니다.

침 치료, 뇌를 변화시킨다?

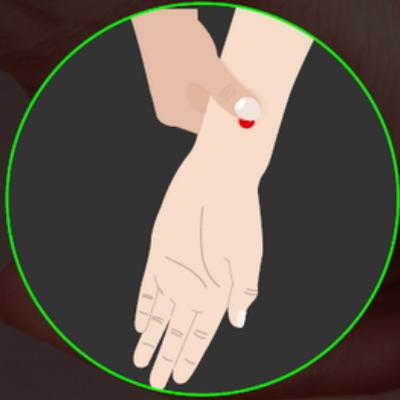


06

침 치료, 뇌를 변화시킨다?

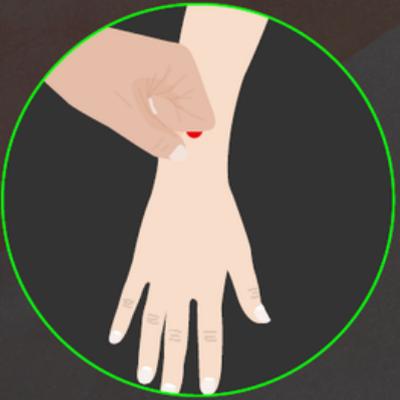


손목터널증후군에 좋은 혈자리 가즈아!



I 내관(內關)
손바닥에 통증이 심한 경우

- 위 치 : 손목 주름의 중앙에서 팔꿈치 쪽으로 손가락 세 개 너비
- 지압법 : 반대쪽 엄지손가락으로 가볍게 쥐고 살살 눌러줍니다. [1회 3~4번, 1일 3~4회]



I 외관(外關)
손가락의 통증, 손목 회전이 잘 안되는 경우

- 위 치 : 손등 중앙에서 팔꿈치 쪽으로 1/6 지점
- 지압법 : 반대쪽 손으로 주먹을 쥐듯이 가볍게 쥐고 살짝 눌러줍니다. [1회 3~4번, 1일 3~4회]

※ 다만 과도한 자극은 증상을 악화시킬 수 있으므로
의료진이 지시하는 횟수와 방법을 지키는 것이 좋습니다.

침 치료, 뇌를 변화시킨다?



07

체했을 때 지압하면
 낫는 이유?
 기분 탓 아닌
 혈자리 탓



GO 카드뉴스 바로가기





07

체했을 때 지압하면
낮는 이유?
기분 탓 아닌
혈자리 탓





07

체했을 때 지압하면
낮는 이유?
기분 탓 아닌
혈자리 탓



체했을 때 손 지압을 해본 경험, 한번쯤 있는데요.
정말 효과가 있는 걸까요?



07

체했을 때 지압하면
낮는 이유?
기분 탓 아닌
혈자리 탓

정답은 **Yes!**
자극을 준 지점이 소화를 돕는 '혈자리'

합곡혈은 기를 순환시키는 혈자리로
이곳에 자극을 주면 체했을 때 효과가 있는 것

합곡혈



07

체했을 때 지압하면
낮는 이유?
기분 탓 아닌
혈자리 탓



키오미 팩트체크

07

체했을 때 지압하면
낮는 이유?
기분 탓 아닌
혈자리 탓

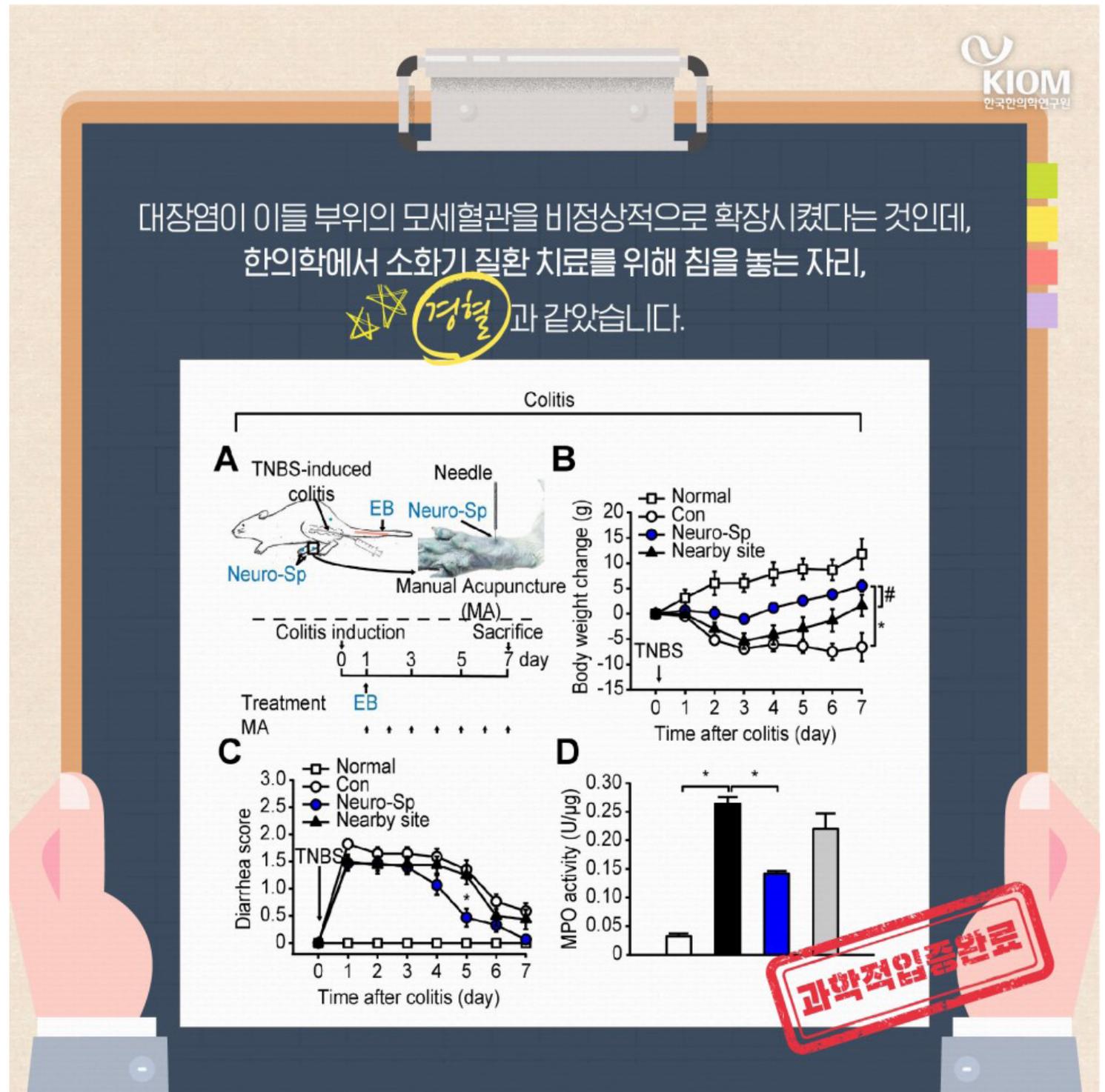
대장염을 유발시킨 쥐에게
염증 부위를 표시하는 약물 '에반스블루'를 주입했더니,
발에 파란 점들이 나타났습니다.

KIOM
한국인의학연구원



07

체했을 때 지압하면
낮는 이유?
기분 탓 아닌
혈자리 탓





07

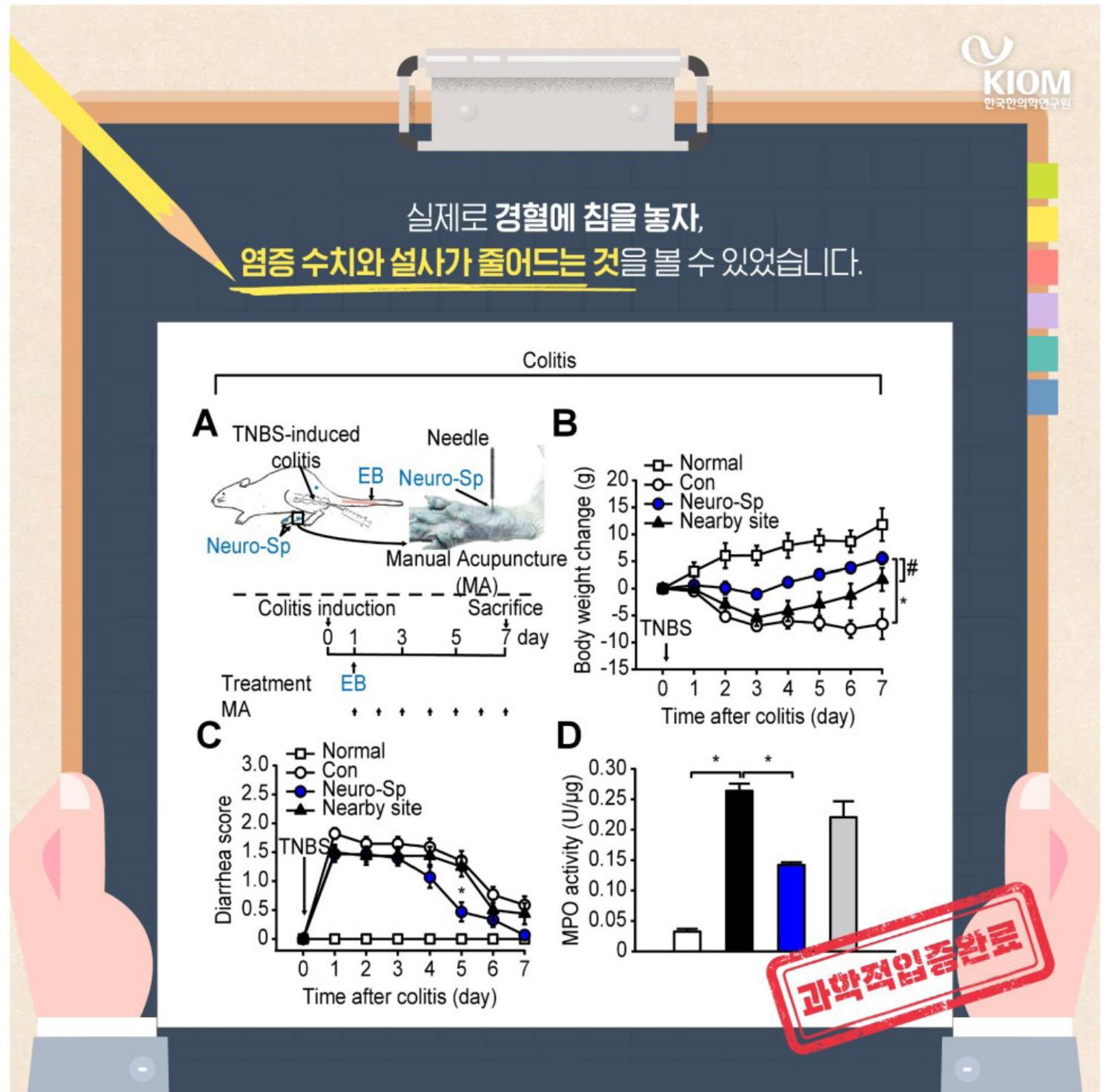
체했을 때 지압하면
낮는 이유?
기분 탓 아닌
혈자리 탓





07

체했을 때 지압하면
낮는 이유?
기분 탓 아닌
혈자리 탓





07

체했을 때 지압하면
낮는 이유?
기분 탓 아닌
혈자리 탓





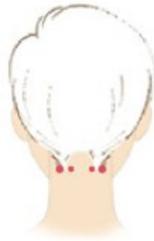
07

체했을 때 지압하면
낮는 이유?
기분 탓 아닌
혈자리 탓

KIOM
한국인의학연구원

알아두면 유용한
Tip 혈자리 지압법

감기 기운에는
'풍지혈'



엄지와 검지로 누르면
머리와 뒷목이 시원해지고
감기로 막힌 코가 뚫린다

위치
목뒤 중앙에서 양쪽으로
약 1.5cm 떨어져 있는
약간 오목하게 된 곳

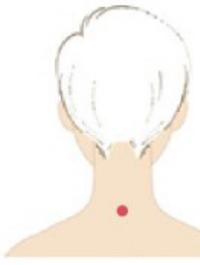
두통에는
'백회혈'



양손으로 머리를 감싸안으며
좌우 엄지손가락으로
눌러주면 된다.
이때 머리 주변을 같이
마사지해주면 더욱 좋다

위치
양쪽 귀에서 똑바로 올라간 선과
미간의 중심에서 올라간
선이 만나는 지점.

미열·비염에는
'대추혈'



손가락으로 지그시 눌러
따듯하게 마사지하면
미열뿐만 아니라
비염, 천식의 증상을
완화하는데도 효과적이다

위치
고개를 숙였을 때
목뒤 쪽에 볼록 튀어나온 뼈의
바로 아래 부분

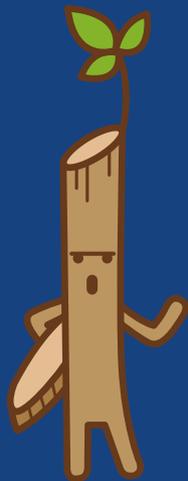
| 온라인채널 |



KIOM
한국한의학연구원



온라인채널 | 🔍



- 유튜브 81
- 블로그 82
- 페이스북 83
- 인스타그램 84

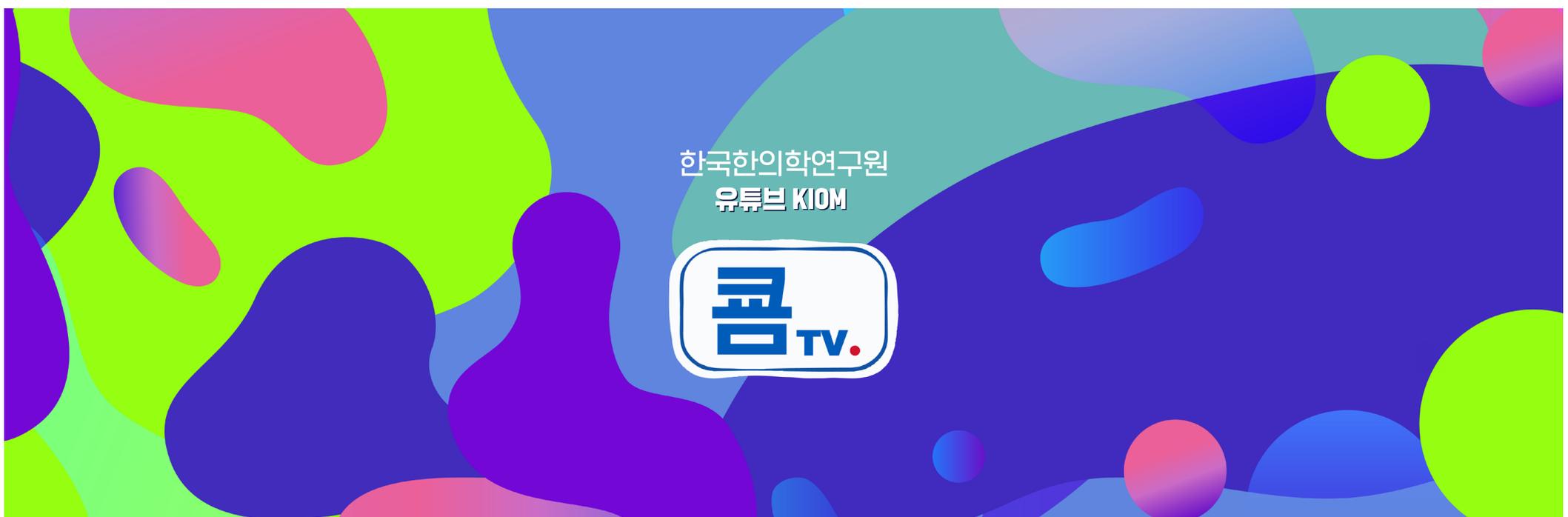


온라인채널 소개



유튜브 콤TV

한의학 연구성과, 연구원 브이로그 등 KIOM에 관한 소식을 생생한 영상 콘텐츠를 만나볼 수 있는 콤TV



콤데스크



한의학 연구현장을 탐방하다!
연구성과 소개 및 연구자 인터뷰

생생수다



'生生秀多'는 '생생하고 빼어난 정보가 많다'는 의미로,
한의학 건강상식을 전문 연구자가 소개하는 코너

콤스토리



연구원 안팎에서 펼쳐지는 행사, 축제, 세미나 등
KIOM의 다양한 이야기를 담은 코너

콤 24시



KIOM인들이 직접 촬영하고 출연하는
연구원 브이로그 코너

온라인채널 소개



블로그 한의학e야기

KIOM보도자료부터 채용공고, 연구성과 소식까지
KIOM에 관한 모든 콘텐츠 집대성 한의학e 야기



| 이벤트, 카드뉴스, 광고 업로드



[이벤트] 폼TV 구... 2019. 12. 9. [감초보다키오미] ... [1] 2019. 12. 5. 한의학연 발간 국... 2019. 11. 27. [한알한알 Q&A] ... [1] 2019. 11. 26. [생생수다] 향약표... 2019. 11. 22. [감초보다키오미] ... 2019. 11. 21. 천태만상 갑질 유... 2019. 11. 18. [이벤트] 유튜브 ... [1] 2019. 11. 12. [폼데스크] 한의학 ... 2019. 11. 12. 갑질타파! 행복하... [2] 2019. 11. 11.

| 온라인 채널 | 페이스북

온라인채널 소개

페이스북 KIOM STORY



카드뉴스, 웹툰, 이벤트 등 다양한 홍보콘텐츠를 실시간으로 볼 수 있는 'KIOM STORY'



| 이벤트, 카드뉴스, 광고 업로드

한국한의학연구원 유튜브 구독 이벤트

컴 데스크

한의학 고문헌 편에서 오준호 박사님을 만나보세요!

구독하고! 선물받콤!

경품: 고구마라떼 기프트콘(20명)

이벤트 기간: 2019.11.12~11.26

구독하기

한의학에 대해 물어보시면 알려드립니다!

한알한알 Q&A

매미가 벗어놓은 허물이 약이 된다?

7장+

한의학에 대해 물어보시면 알려드립니다!

한알한알 Q&A

침치료 효과 과학적으로 증명할 수 있나요?

6장+

| 온라인 채널 | 인스타그램

온라인채널 소개

인스타그램 키오미스토리



귀여운 홍보캐릭터 키오미가 들려주는 KIOM소식!
유용한데 재미있기까지 한 키오미스토리



kiomistory

게시물 108 팔로워 3,300 팔로우 12

한국한의학연구원 키오미 오미오미 귀오미!

과학기술정보통신부 산하 정부출연연구원 한국한의학연구원의 홍보캐릭터 키오미입니다^^!

프로필 링크를 눌러 콤TV를 확인하세요!

www.youtube.com/user/kiomvideo

이벤트 및 카드뉴스

