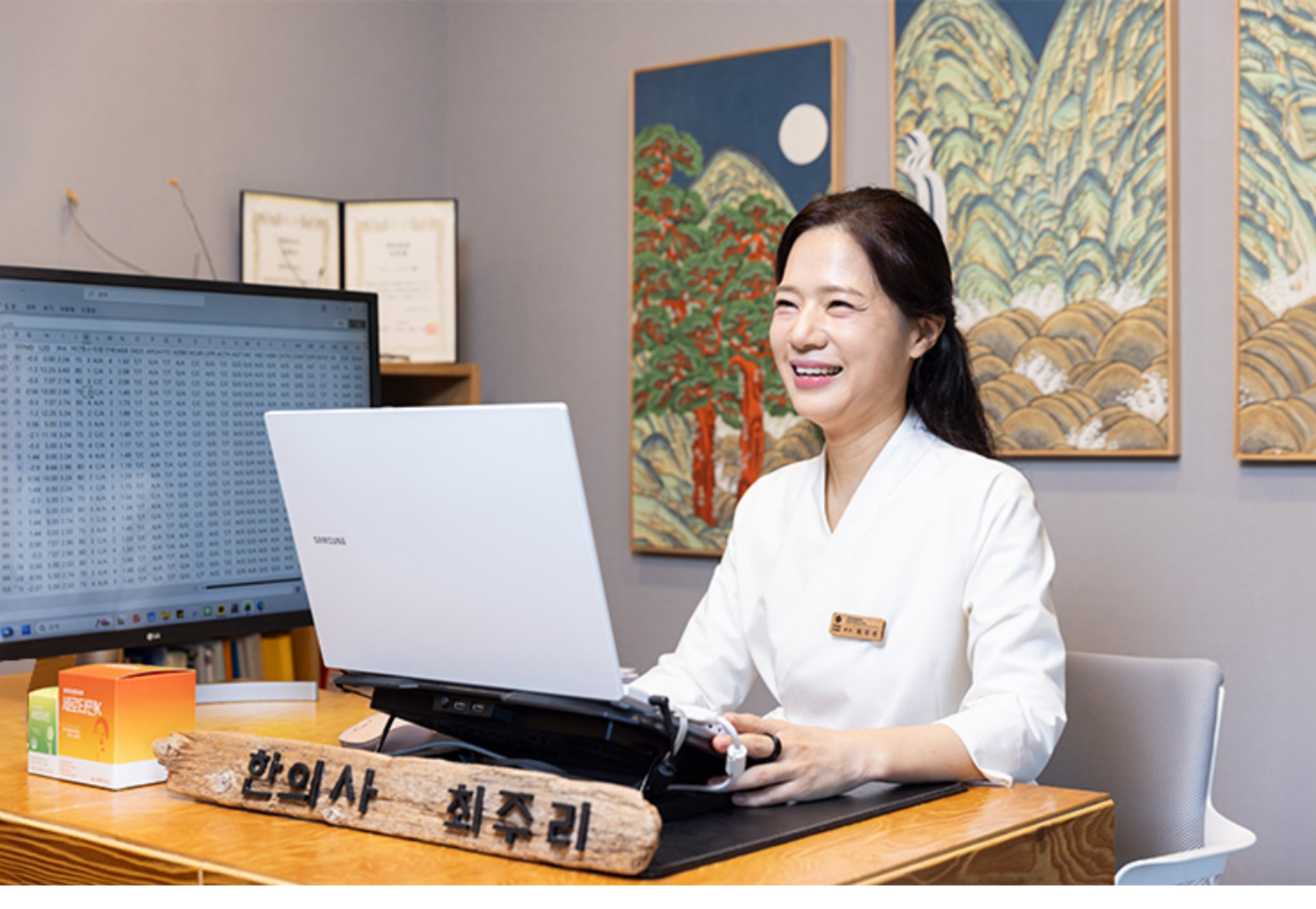

세계로

식치(食治) 철학과 유전자 분석으로 여는 K-웰니스의 미래

창덕궁한의원 최주리 원장

한의약은 오랜 역사 속에서 끊임없이 변화하며 현대인의 삶에 깊숙이 스며들고 있다. 최근에는 전통의 지혜에 첨단 과학을 접목해 새로운 가능성을 모색하고 이를 기반으로 한의약을 세계에 전파하려는 움직임이 활발하다. 창덕궁한의원의 최주리 원장은 유전체 데이터를 기반으로 한 개인 맞춤형 식치(食治)와 K-이너뷰티를 통해 한의약의 과학적 가치를 증명하고, 이를 세계화하는 데 앞장서고 있다.

자기소개 부탁드립니다.

창덕궁한의원 원장이자 한국한의산업협동조합 이사장을 맡고 있는 한의사 최주리입니다. 저는 사상의학이라는 전통 한의학의 깊은 지혜 위에 현대 생명과학과 유전체 데이터를 정교하게 결합하여, 개인 맞춤형 한약 치료와 식치 문화를 확산하기 위해 노력하고 있습니다.

한의원을 운영하신 지 얼마나 되셨나요? 창덕궁한의원만의 특징이 있다면 소개 부탁합니다.

임상에 임하게 된 지는 올해 25년 차입니다. 2012년 한의산업조합을 설립한 뒤 한방의료관광을 위해 창덕궁 돈화문 앞에 한의원을 개원했습니다. 3년 전부터는 분당으로 이전해 진료를 보고 있습니다. 창덕궁한의원은 맥진, 체간, 형상, 설문 등 전통적 체질 진단 방법에 유전자 분석을 결합해, '나에게 맞는 한약·음식·생활 습관'을 제안합니다. 특히 무너진 수면 리듬을 찾아주는 '세로토닌 수면센터', 경계성 대사증후군과 약물 테이퍼링을 돕는 '노란 신호등 프로그램', 그리고 외국인 환자를 위한 체류형 의료 관광 프로그램인 'K-이너뷰티(K-Inner Beauty)' 등 차별화된 진료 프로그램을 갖추고 있습니다.

* 이너뷰티(Inner Beauty) : 몸속 건강과 균형을 관리해 피부·모발·손톱 등 외적 아름다움까지 끌어올리는 뷰티 관리법

세로토닌 수면센터 내부

식치의 철학과 유전자 검사를 융합한 진료를 시도하게 된 특별한 이유가 있을까요?

지난 30년간 우리나라의 건강식 문화는 누군가 몸에 좋다고 하면 맹목적으로 좇는 유행 중심의 소비로 변질되었습니다. 한의학의 기본은 식약동원(食藥同源), 즉 '음식과 약은 뿌리가 같다'입니다. 그런데 이를 잘못 해석해 약을 식품처럼 먹거나 식품을 약처럼 여기는 오해가 많습니다. 저는 식약동원을 한 단계 더 발전시켜 식약동향(食藥同向), 즉 '음식과 약이 같은 방향을 지향한다'는 개념으로 만들어 가야 한다고 생각합니다. 천연물은 개인의 생화학적인 특성에 맞춰 섭취해야 한다는 사실을 증명하기 위해 유전자를 기반으로 대사 유형(metabotype)을 분석하는 연구를 도입하였습니다.

외국인 환자를 위해 마련된 프로그램은 어떤 것인가요?

외국인 대상 체류형 K-이너뷰티 프로그램을 운영하고 있습니다. 단순히 피부를 가꾸거나 영양제를 복용하는 차원을 넘어서서, '내부의 균형이 외부의 아름다움으로 드러난다'는 철학을 현대 한의학, 생명과학, 유전체 분석, 식치(食治) 개념과 결합한 방식입니다. 좋은 것을 바르고 입는 것을 넘어, 개인에게 맞는 섭취와 충분한 숙면을 돕는 데 중점을 두고 있습니다.

창덕궁한의원 방문 외국인 환자

외국인 환자들의 반응은 어떤가요?

처음에는 '침이 무서울 것 같다'는 반응이 많습니다. 하지만 치료 후에는 '몸이 가벼워졌다', '숙면했다', '스트레스가 줄었다'는 긍정적인 피드백을 자주 받습니다. 특히 유전자 기반 체질 분석과 진단 설문을 접하고 '한국의 한의학이 매우 과학적'이라고 인식하게 되는 경우가 많습니다. 이러한 경험이 한의학에 대한 신뢰를 쌓는 중요한 첫걸음이 된다고 생각합니다.

한의약의 세계화를 위해 다양한 단체 활동도 하고 있다고 들었습니다.

한국한의산업협동조합을 통해 한의약과 관련된 제품·식품·디바이스 기업과 한의원을 연결하여 산학연 공동 연구, 공동 구매, 수출 지원 등을 수행하고 있습니다. 또한 대한이너뷰티협회를 통해 한의학 기반의 K-이너뷰티를 국제적으로 알리는 교육과 세미나를 주관하고 있습니다. 2024년에는 베트남 피부미용협회가 주관하는 K-이너뷰티 세미나에 참여하기도 했습니다.

최근에는 일본의학전문학교 특임교수로 임명되었다고 들었는데요. 앞으로 어떤 방식으로 한의약 전파를 진행할 계획인가요?

일본의학전문학교는 일본의 전통의학 전문학교입니다. 저는 이곳에서 일본 내 한의학의 이해를 넓히기 위한 K-Herb Food, 체질 진단, 식치 임상 교육을 맡게 되었습니다. 일본의 전통의학(漢方, Kampo)은 한의학과 기원이 같으나, 시간이 지나며 표준화 중심으로 발전했습니다. 반면 한의학은 체질·변증 중심의 개인 맞춤 진단을 중시합니다. 한의학이 일본 전통의학에 기여할 수 있는 부분이 바로 이 '맞춤형 체질'과 식치 융합의 정밀 의학적 관점이라고 생각합니다.

최근에는 일본의학전문학교 학생들을 대상으로 '한의학×체질식치×K-Inner Beauty'를 주제로 강의를 진행했는데요, 학생들이 '음식의 성질을 구분해 체질에 맞게 섭취한다'는 한의학 관점에 큰 흥미를 보였습니다. 앞으로 정기적인 강의를 통해 학생들이 한의학을 새로운 뷰티·웰니스 산업으로 인식하고, 일본 내 한의학에 대한 인식을 개선하는 데 큰 역할을 해줄 것으로 기대합니다.

일본의학전문학원 특강

최근 경주 APEC 행사에서 헬스케어관에 참여해 한의 진료를 세계에 알렸는데요. 현장 반응은 어땠나요?

대한한의사협회 주최로 APEC 행사 헬스케어관에서 10월 27일부터 11월 1일까지 'HAN의원'이라는 이름으로 한의 체험 진료소를 운영했는데요, 국내외 방문객들에게 한의학의 가치를 직접 알릴 좋은 기회라 생각해 참여했습니다. 내국인과 외국인 모두 많은 관심을 가져주셨는데, 특히 프랑스, 미국, 볼리비아, 대만, 홍콩 등 다양한 국가의 외국인들이 방문했습니다. 근골격 부위(79.4%)의 진료 요청이 가장 많았고, 내과(23.5%), 호흡기(2%), 피부(1.6%) 순이었습니다. 당시 만족도 설문조사에서 방문자의 98.6%가 "만족도 최고"를 선택할 만큼 반응이 매우 긍정적이었습니다.

한의약의 세계화를 위해 필요한 것은 무엇이라고 생각하세요?

한약재와 식품 등 천연물이 가진 생화학적 개별 특이성을 규명하는 임상 연구가 필요합니다. 개인의 체질 맞춤형 의료인 한의약의 장점을 살리기 위해 필수적인 과정이라고 생각합니다. 다음으로는 한의 산업이 의료인의 수요와 유기적으로 맞물리는 협동조합 형태의 산업 구조를 갖춰야 합니다. 마지막으로 언어와 문화 장벽을 낮출 수 있는 '한의약의 콘텐츠화'가 필요합니다. 한의약은 의료이자 산업이고 동시에 문화이므로, 이 세 가지 축이 균형을 이룰 때 진정한 세계화가 가능하다고 생각합니다.

앞으로의 활동 계획은 어떻게 되시나요?

현재 두 가지 방향에 집중하고 있습니다. 하나는 유전자 기반 체질 분석 연구를 확장해 2,000명의 유전체 데이터를 활용한 AI 체질 예측 시스템을 구축하는 일입니다. 다른 하나는 K-이너뷰티 아카데미를 통해 국내외 전문가들이 K-메디푸드를 산업과 연결할 수 있도록 교육하는 일입니다. 앞으로도 '과학으로 증명되는 한의약', '세계와 소통하는 한의약'을 만드는 데 모든 역량을 집중할 계획입니다.