



페퍼민트, 바질 ... 모기를 퇴치하는 식물 5



모기는 매년 전 세계적으로 사람을 가장 많이 죽게 하는 동물로 꼽힌다. 모기가 매개하는 말라리아, 일본뇌염 등으로 인해 한 해에 약 70여만 명이 사망하는 것으로 알려져 있다.

모기는 또 말라리아, 상피병, 일본뇌염, 황열, 뎅기열 등의 질병을 매개한다. 특히 뇌염은 살충제를 많이 쓰는 최근까지도 그 피해가 계속되고 있다.

모기가 기승을 부리는 계절이 돌아왔다. 그렇다면 건강에 해로운 유해물질이 들어있는 살충제를 쓰지 않고 모기를 쫓아내는 방법은 없을까? 식물들은 움직이면서 천적을 피할 수 없으므로 자체 방어를 위해 곤충들이 싫어하는 향을 내뿜기도 하는데 허브가 그 가운데 하나이다. 모기를 비롯한 해충들은 허브 향을 극도로 싫어한다. 좋은 향기에 더해 모기까지 퇴치해주는 식물을 '액티브비트닷컴'이 소개했다.

1. 페퍼민트



페퍼민트는 모기 퇴치 효과를 내는 대표적인 허브 중 하나다.

박하라고도 불리는 허브의 일종인 페퍼민트는 그 달콤한 향기를 맡으면 기분이 좋아지고 생기가 난다.

하지만 모기와 벼룩 등의 해충들은 이 향기를 싫어한다. 집 테라스나 바비큐 화덕 주변에 있는 페퍼민트는 모기를 쫓고 유충을 죽이는 효능이 있다.

야외 활동 등을 할 때 모기에 안 물리려면 페퍼민트 오일을 관자놀이나 귀 뒤쪽 주위, 목과 손목 등에 바르면 된다. 또 손에 부드럽게 바르거나 옷에 살짝 발라도 좋다.

2. 레몬 유칼립투스



레몬 유칼립투스 나무에서 추출되는 오일은 신선한 향기를 낸다. 레몬 유칼립투스 오일은 미국 질병통제 예방센터(CDC)에 따르면, 레몬 유칼립투스 오일은 모

기와 진드기를 퇴치하는 데 큰 효과가 있다. 그런데 주의해야 할 점이 있다.

레몬 유칼립투스를 키울 경우 너무 번식력이 강해 순식간에 정원을 뒤덮을 수 있다는 것과 레몬 유칼립투스 오일을 삼킬 경우 독성이 있기 때문에 어린이에게는 절대 사용을 해서는 안 된다는 것이다.

4. 세이지



세이지를 태우는 것은 오랫동안 정화 의식의 하나로 행해져 왔다. 예로써 아메리카 원주민들은 영혼의 힘을 깨닫게 하고 치유를 위해 세이지를 사용했다. 오

늘날 세이지를 태우는 것은 곤충을 정화하기 위해서다.

연구에 따르면, 세이지의 향기 나는 연기는 모기를 퇴치하는 것으로 나타났다. 또 세이지 잎을 으깨면 나오는 오일을 피부 일부 부위에 바르면 모기를 비롯한 곤충을 막을 수 있다.

3. 바질



이탈리안 요리 재료로 흔히 쓰이는 바질도 모기퇴치에 탁월하다.

연구에 따르면, 바질이나 바질에서 나온 식물 추출물은 모기를 격퇴하는 데 효과적인 것

으로 나타났다.

과학자들은 바질에 들어있는 메탄올과 페트로리움 에테르, 사염화탄소 등 3가지 식물추출물이 모기를 퇴치할 뿐만 아니라 모기 유충까지 죽이는 효과가 있다는 것을 알아냈다. 바질을 문이나 창문 가까이에 두면 모기가 접근하지 않는다.

5. 캣닢



개박하로 불리는 캣닢은 모기가 아주 싫어하는 식물이다.

페퍼민트의 사촌격인 이 허브는 네페탈락톤이라는 천연 화학물질이 들어있어 모기를

쫓는 효능이 있다. 이 네페탈락톤 성분은 모기와는 달리 고양이를 끌어들이는 것으로 알려져 있다. 연구에 따르면 캣닢에 들어있는 네페탈락톤 성분은 시중에서 파는 해충 퇴치제보다 모기를 퇴치하는 데 10배나 더 효과가 있는 것으로 나타났다.

사진=shutterstock



미국 내과·스포츠의학과 보드전문의

김진세

내과/통증전문의
스포츠의학과

스포츠 부상 전문 치료병원
근골격계 통증, 신경통증 전문의

P.R.P.(자가혈청) Stem Cell(줄기세포) 치료
USC 의과대학 레지던트 Training 지정병원

한국인 유일의 미국내과 및 통증의학
미국 스포츠 의학 보드전문의



Chin Se Kim M.D.

- ◆ 미국내과보드전문의
- ◆ 미국스포츠의학보드전문의
- ◆ 미국통증의학보드전문의
- ◆ 가주정부 Qualified medical evaluator

전문진료분야

- ▶ 일반 내과질환 : 고혈압, 당뇨병, 심장질환, 폐질환, 응급치료
- ▶ 각종 스포츠 관련 부상 치료 전문
- ▶ 각종 통증치료 : 관절염, 통풍, TMJ, 목, 허리디스크, 견비통, 두통
- ▶ 최신 물리치료 : 침 치료, 교통사고, 직장상해
- ▶ 종합 진단검사 : 초음파, 심전도, ECHO, 폐기능 검사
Treadmill, Holter
- ▶ 가주정부 Disability evaluation 지정병원
- ▶ Sports injuries, 탈골, 골절치료, Cast, Custom brace
- ▶ 수술 후 재활 치료, 중풍 물리치료

최첨단 C-Arm 통증치료, 초음파 MRI, CT촬영, 각종 내과 질환 종합검진, 할인 Program 제공

오바마케어 취급
각종 HMO·PPO/보험/교통사고
직장상해보험/메디케어 취급
여행자 보험/종합 혈액 검사

문의전화 **714-520-0809**

1736 W. Medical Center Drive #B Anaheim, CA 92801

