친절한 의학 수업

친절한 의학 수업
히포크라테스에서 오늘의 진료실까지

초판 1쇄 발행 2025년 1월 24일

지은이 손환철

펴낸곳 서울대학교출판문화원
주소 08826 서울 관악구 관악로 1
도서주문 02-889-4424, 02-880-7995
홈페이지 www.snupress.com
페이스북 @snupress1947
인스타그램 @snupress
이메일 snubook@snu.ac.kr
출판등록 제15-3호

ISBN 978-89-521-3911-5 03510

ⓒ 서울대학교 산학협력단, 2025

이 책은 저작권법에 의해서 보호를 받는 저작물이므로
무단 전재와 복제를 금합니다.

이 책은 2021년 서울대학교 기초학문 저술지원사업의
연구비 지원을 받아 진행되었습니다.

친절한 의학수업

히포크라테스에서
오늘의 진료실까지

손환철 지음

서울대학교출판문화원

머리말

'마음은 따뜻하지만 머리는 차가운 의사가 필요합니다.'

메르스와 최근의 코로나19 팬데믹 사태를 보면서 의학에 대한 관심이 늘어난 것을 다시 한번 피부로 느끼고 있습니다. 수년간 서울대학교 평생교육원에서 '청소년을 위한 의학개론'이라는 제목으로 수업을 진행하면서, 우리 학생들이 의학에 대해 많이 궁금해한다는 것을 알게 되었습니다. 또한 의과대학에 입학한 여러 학생을 지도하면서 최신의 지식도 중요하지만, 과거 의학이 어떻게 발전하여 현재에 이르렀는지에 대한 이해도 매우 중요하다는 것을 느꼈습니다. 이 책에는 고대 그리스의 의학 이야기에서 현대 임상의학에 이르기까지 학생들이 궁금해하는 의학 지식뿐만 아니라, 앞으로 직업으로서 의학을 전공하는 학생들이 알았으면 하는 내용들을 담았습니다.

OECD 평균보다 적은 의료비를 쓰면서도, 세계에서 가장 뛰어난 의료 접근성과 평균 수명을 최고 수준으로 끌어올렸던 대한민국의 의료는 지금 혼란 속에 있습니다. 의사들은 자리를 떠나고, 진료와 수술이 줄어들고 있습니다. 이 모든 혼란의 현재 그리고 미래의 피해자가 될 우리 국민과 환자들을 생각하면 마음이 너무나 아픕니다. 그리

고 이 혼란의 모든 책임은 권력을 꿈꾸며 얕은 지식으로 나서는 정치인들, 밥그릇 챙기기에 눈이 먼 관료들, 사회의 변화에 눈과 귀를 막고 있던 의사들에게 있습니다. 하지만 어두운 밤이 지나면 새벽이 오고, 추운 겨울이 가면 봄이 오듯, 대한민국 의료가 제자리를 하나하나 찾아가리라는 희망만큼은 버릴 수가 없습니다.

언젠가 대한민국의 의료가 다시 일어나, 우리 국민들이 세계 최고 수준의 의료를 다시 누릴 수 있길 간절히 기도합니다.

2024년

손환철

차례

머리말 4

1부 친절한 의학 이야기

I 히포크라테스에서 동의보감까지

히포크라테스 13
갈레노스 25
편작, 화타 그리고 허준 32

II 지금의 의학을 있게 한 큰 발견들

현대 의학을 발전시킨 큰 발견들 45
근거 중심 의학: 사라진 사혈법 47
마취제의 발견과 발전: 통증 없는 치료와 수술의 시작 55
손 씻기, 소독 그리고 세균 63
유전학: 멘델은 유전학을 몰랐다 76
엑스레이가 열어 준 새로운 진단의 세계 83
항생제: 수많은 사람을 살리다 88

III 의사 교육, 어떻게 이루어지나

의예과에 들어가 의사가 되기까지 95
의예과 97
의학과(본과) 100

수련의(인턴) 107
전공의(레지던트) 108
전임의(펠로우) 111
기초의학 수련 113
NEW 의과대학 교육 6년제 개편안 114

2부 친절한 의사들 이야기

IV 너무나 많은 의학의 전문과목들: 기초의학 편
해부학교실 121 | 생리학교실 127 | 생화학교실 133
병리학교실 140 | 약리학교실 147 | 미생물학교실 154
예방의학교실 160 | 열대의학교실 167 | 인문의학교실 175
법의학교실 184 | 의료관리학교실 189 | 의공학교실 197
의학교육학교실 203 | 임상약리학교실 211

V 너무나 많은 의학의 전문과목들: 임상의학 편
내과학교실 221 | 외과학교실 265 | 산부인과학교실 289
소아과학교실 295 | 정신과학교실 302 | 신경과학교실 307
피부과학교실 312 | 정형외과학교실 320 | 흉부외과학교실 326
신경외과학교실 332 | 비뇨의학교실 337 | 이비인후과학교실 343
안과학교실 348 | 영상의학교실 353 | 마취통증의학교실 360
성형외과학교실 366 | 방사선종양학교실 372 | 검사의학교실 377
재활의학교실 382 | 핵의학과 389 | 가정의학교실 394
응급의학교실 400 | 중환자의학 406

맺음말 412
참고 문헌 413

1부

친절한 의학 이야기

I

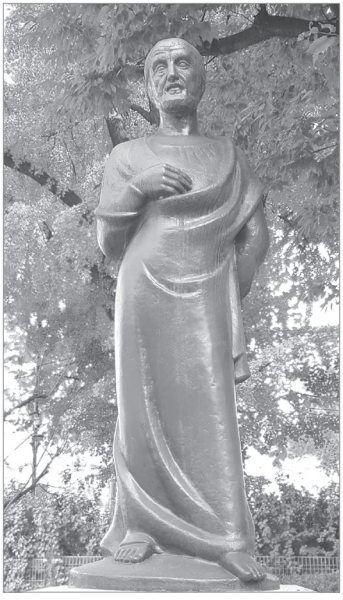
히포크라테스에서 동의보감까지

히포크라테스

히포크라테스(Hippocrates, 기원전 460~370)는 히포크라테스 선서로 잘 알려진 고대 그리스의 의학자다. 히포크라테스는 고대 그리스에서 비교적 흔한 이름이었고, 그는 출신 지역을 붙여서 '코스 출신의 히포크라테스(Hippocrates of Kos)'라고도 불렸다. 코스섬은 그리스 주요 지역에서 멀리 떨어진, 튀르키예와 훨씬 가까운 섬이다.

신문이나 방송에서 의사의 윤리적 측면에 대한 이야기가 나올 때마다 히포크라테스의 이름은 거의 매번 등장하는데, 주로 비윤리적인 행동을 한 의사들이 '히포크라테스 선서'를 지키지 않았다고 질책을 받는 내용이다. 이렇게 의미 있는 히포크라테스 선서를 남기고 '의학의 아버지'라 불릴 정도로 유명한 히포크라테스는 의사로서 어떤 사람이었을까? 대부분의 사람들은 그가 의사로서 어떤 업적을 세워 이름을 남기게 됐는지 물어보면 잘 모른다. 히포크라테스 '선서'라는 걸 만들어서일까? 강의실에서 만나는 의대생들에게 물어보아도 마찬가지다. 그는 왜 유명할까?

히포크라테스가 남긴 여러 업적 중에 서양 의학에 기여한 가장 큰 업적은 다음과 같은 그의 말로 설명된다. "질병은 신의 징벌이 아닌, 환경이나 잘못된 생활 및 식이 습관 등이 원인이다." 히포크라테스



히포크라테스 동상

대학로에 위치한 서울대학교 의과대학 앞에는 히포크라테스 동상이 서 있다. 1946년 세워진 서울대학교는 당시 대부분의 캠퍼스가 현재 대학로로 불리는 종로구에 있었다. 대학로라는 지명도 과거 서울대학교가 있었던 이유로 지어졌다. 현재 대부분의 캠퍼스는 관악산 자락으로 옮겨 갔지만, 의과대학은 아직도 서울대학교병원과 함께 대학로에 남아 있다.

는 질병을 앓는 환자를 종교나 미신의 영역에서 의학의 영역으로 끌고 나왔다. 히포크라테스가 살던 당시와 그 이전의 사람들은 사람이 아픈 이유를 신의 노여움으로 인한 징벌로 보았다. 따라서 히포크라테스는 의학을 미신에서 과학의 영역으로 이끄는 데 큰 역할을 한 위대한 의학자다. 히포크라테스가 환자의 증상에 대해 기술한 다음의 예들을 보면 이를 잘 알 수 있다.

- **멜리보이아의 젊은이**: 오랜 시간의 음주, 문란한 성생활로 열이 나서 침대에 누워 있다. 떨림, 구역질, 불면증이 있었지만 갈증은 없었다. 첫날 단단한 변이 많이 나왔다. 다음 날은 배설물이 묽고 녹색 같은 노란색이었다.

• **데메네투스 집의 채리온**: 술을 마신 후 열병에 걸렸다. 동시에 머리가 무거워지고 잠을 자지 못하며 가늘고 묽은 변이 나왔다. 셋째 날에는 급성 발열, 머리 떨림, 경련, 섬망이 있고, 잠을 잘 못 잤다.

히포크라테스는 환자를 세밀하게 관찰하고 이를 기록으로 남겼다. 앞서 '멜리보이아의 젊은이'의 경우처럼, 히포크라테스는 환자가 열이 난 원인을 과음과 문란한 성생활로 지목하며 잘못된 식이 습관과 나쁜 생활 습관을 질병의 원인으로 판단하고 있다. 그가 아테네에서 발생한 역병을 치료하는 모습은 이를 더욱 분명하게 드러낸다. 아테네에 역병이 번져 많은 사람이 죽어 가고 있을 때, 그는 유독 역병에 거의 걸리지 않은 대장장이들을 발견하고 그들을 세심히 관찰하였다. 대장간은 철을 고열로 녹여서 여러 무기와 기구들을 만드는 곳으로, 당연히 매우 덥고 건조한 환경이다. 이를 본 히포크라테스는 시체를 불에 태우고, 집마다 물을 끓여서 먹고, 집 안을 건조하게 하라고 하였다. 그러고 나서 얼마 후 아테네의 역병은 사라졌다고 한다. 당시 아테네를 휩쓴 역병이 어떤 것인지는 정확히 알 수 없지만, 이는 히포크라테스의 뛰어난 관찰력과 질병에 대한 통찰력을 엿볼 수 있는 부분이다.

또한 히포크라테스는 의사가 어떤 지역에 가서 진료해야 할 때면, 어떤 바람이 부는지, 그 바람이 따뜻한지 차가운지, 건조한지 습한지를 살피고 환자를 돌봐야 한다고 했다. 환경이 사람의 질병에 미치는 영향을 깊이 생각한 것이다. 또한 음식도 사람의 체질에 따라 다르게 먹어야 한다고 생각했다. 그리하여 냉온과 건습에 따라 음식을 분류하게끔 했고, 차가운 음식으로 인해 증상이 생긴 환자는 밀과 고기를 익

아스클레피오스 신전의 터

고대 그리스에는 의술의 신 아스클레피오스를 기리는 신전이 있었고, 그곳에서 거주하는 성직자는 기도뿐만 아니라 치료도 행하였다. 환자는 신성한 뱀이 있는 사원에서 잠을 자고 기도했다. 뱀을 신성하게 생각한 이유는 끊임없이 허물을 벗는 뱀의 모습에서 재생의 기운을 떠올렸기 때문이다. 그래서 의술의 신이 가지고 다니는 지팡이인 카두세우스에도 뱀이 매달려 있다. 히포크라테스의 고향 코스에도 아스클레피오스 신전이 있었다.

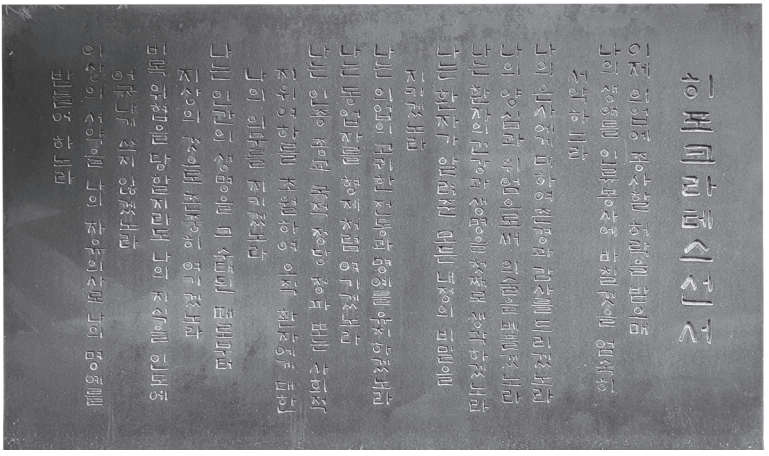
혀 먹고, 포도주를 마시도록 하였다. 히포크라테스 시대에는 서양에서도 개고기를 섭취했던 것 같다. 히포크라테스는 "개고기는 가장 가벼운 고기로 분류되는데, 몸을 덥히고 사람에게 힘을 준다"라고 했다.

히포크라테스 시대에는 점술가나 무당이 병에 걸린 사람에게 약을 주거나 위생관리를 권하는 대신 신적인 것을 빙자하여, 병이 나으면 자신이 잘 조언하여 나은 것이며 병이 낫지 않으면 신이 용서하지 않아서 그렇다고 인식했다. 히포크라테스는 이를 무책임하다고 비난했다. 점술가나 무당이 질병을 신의 영역에 두는 것은 질병에 대한 그들의 무지함을 숨기기 위한 구실일 뿐이라고 했다. 또한 죽음과 연관

된 색이라면서 검은색 옷을 입지 못하게 하고, 질병의 치료와 관계없는 주문을 외고, 염소 가죽 위에 앉지 말라는 등 점술가들의 터무니없는 주장과 행위들을 비난했다. 다시 말해, 히포크라테스는 의학을 종교나 미신의 영역에서 빠져나올 수 있도록 이끈 의학자였다.

우리가 잘 아는 히포크라테스 선서는 직업인으로서 의사가 가져야 할 윤리 원형으로 알려져 있다. 하지만 고대 그리스에서 의사면허증을 정부가 관리했을 리는 없다. 의료를 시작할 때 히포크라테스 선서를 다 같이 모여서 읊었을 리도 없다. 하지만 당시에는 아픈 사람을 진료하면서 공부도 하고 젊은 의료인을 가르치는 집단이 있었는데, 요즘의 눈으로 보면 직업인 조합에 가까운 단체였다. 그 안에서 이루어진 교육은 대부분 나이가 많은 선임자가 젊은 후임자를 가르치는 도제교육이었다. 히포크라테스 선서의 원문을 보면, 의료인으로 가져야 할 윤리적 측면에 대한 내용도 있지만, 그러한 도제식 교육집단에 들어가 교육받은 뒤 앞으로 같은 조합원으로서 활동하기 위한 행동 지침서의 성격이 더 크게 드러난다. 쉽게 말해, 히포크라테스 선서는 의학을 가르치는 특정 집단에 들어가서 교육 후 같은 조직에 포함되려는 사람들을 위한 행동 수칙 같은 것이었다. 하지만 후대 의학자들은 그 선서 내용 속에 있는 의사가 윤리적으로 가져야 할 바람직한 태도에 주목했고, 윤리적 문제가 아주 중요한 의료에서 히포크라테스 선서의 좋은 뜻을 잘 되새겨 이어 나가고자 하였다.

당시의 히포크라테스 선서에는 먼저 자신에게 의학을 가르쳐 준 선생님에 대한 감사를 표하면서 선생님께 앞으로 경제적 지원을 지속하겠다는 내용도 들어 있다. 도제식 교육집단의 성격을 그대로 보여준다. 도제 교육이란 옛날 무술 도장이나 공방 같은 곳에서 문하인을



히포크라테스 선서

서울대학교 의과대학 교정에 있는 히포크라테스 선서가 담긴 조형물이다. 하지만 그 내용은 '제네바 선언'이다.

받아들여, 기능과 기술을 포함한 예절과 윤리도 함께 가르치는 전인교육에 가까운 교육 형태를 말한다. 과거에 농부인 부모가 자식에게 농사를 가르치는 것처럼 먹고살기 위해 필요한 기술과 인간으로서 지켜야 할 삶에 대한 태도를 모두 가르칠 수 있다는 장점도 있지만, 교육의 내용과 각종 규율을 정하는 권한이 모두 교육자에게 있어 그 권한에 대한 사회적 통제가 어려운 단점도 있다.

히포크라테스 선서에는 직업인으로서 의사가 가져야 할 여러 가지 행동 규범에 대한 내용도 담겨 있다. 즉, 환자의 비밀을 지키는 일, 다른 사람에게 독약을 주지 않겠다는 다짐, 임신중절을 하지 않겠다는 다짐, 환자에게 해가 되는 행위를 하지 않겠다는 다짐 등이다. 더불어 선서에는 없지만 의사는 용모도 단정해야 한다고 히포크라테스는 생각했는데, 예를 들어 손톱의 길이가 어느 정도를 넘지 않아야 한다는

기록도 남아 있다.

"이제 의업에 종사할 허락을 받음에, 나의 생애를 인류 봉사에 바칠 것을…"이란 문구로 시작되는 오늘날의 히포크라테스 선서는 당시의 히포크라테스 선서가 아니다. 이는 1948년 9월 스위스 제네바에서 개최된 세계의사협회 총회의 '제네바 선언(Declaration of Geneva)'을 내용으로 한다. 그 배경을 좀 살펴보자. 제2차 세계대전 당시 나치의 비인간적인 생체실험에 의사들이 협조한 사실이 문제가 되었다. 전쟁이 끝난 지 얼마 되지 않은 1948년 열린 세계의사협회 총회에서 이러한 전쟁범죄에 대한 비판과 더불어 의사들의 윤리의식을 높이기 위해 함께 뜻을 모았고, 이에 제네바 선언을 채택한다. 여기에는 당연히 히포크라테스 선서의 윤리 관련 내용들도 많이 포함되어 있다. 그래서 히포크라테스 선서는 의사를 직업으로 삼는 이들이 하는 선서 또는 서약의 원조라고 여겨지고 있으며, 지금까지도 의사가 지켜야 할 윤리를 말할 때 히포크라테스 선서는 항상 첫머리에 이야기되고 있다.

히포크라테스는 사람에게 혈액(blood), 점액(phlegm), 황담즙(choler), 흑담즙(melancholy)의 4체액이 있으며, 이 균형이 흔들리는 것을 질병의 원인으로 보았다. 이는 히포크라테스보다 조금 앞선 시대에 살았던 엠페도클레스(Empedocles)가 주장한 4원소설의 영향을 받은 것이라는 주장도 있다. 그는 혈액은 심장에서, 점액은 머리에서, 황담즙은 쓸개에서, 흑담즙은 비장에서 만들어진다고 생각했고, 체액 성분 각각의 성질은 따뜻하거나 차갑고, 습하거나 건조한 특성을 가진다고 설명했다.

세계의사협회 제네바 선언(Declaration of Geneva)(1948)

AT THE TIME OF BEING ADMITTED AS A MEMBER OF THE MEDICAL PROFESSION:

I SOLEMNLY PLEDGE myself to consecrate my life to the service of humanity;

I WILL GIVE to my teachers the respect and gratitude which is their due;

I WILL PRACTICE my profession with conscience and dignity;

THE HEALTH OF MY PATIENT will be my first consideration;

I WILL RESPECT the secrets which are confided in me;

I WILL MAINTAIN by all the means in my power, the honor and the noble traditions of the medical profession;

MY COLLEAGUES will be my brothers;

I WILL NOT PERMIT considerations of religion, nationality, race, party, politics or social standing to intervene between my duty and my patient;

I WILL MAINTAIN the utmost respect for human life from the time of conception; even under threat, I will not use my medical knowledge contrary to the laws of humanity.

I MAKE THESE PROMISSES solemnly, freely and upon my honor.

이제 의업에 종사할 허락을 받음에,

1. 나의 생애를 인류 봉사에 바칠 것을 엄숙히 서약하노라.
2. 나의 은사에게 존경과 감사를 드리겠노라.
3. 나의 양심과 품위를 가지고 의술을 베풀겠노라.
4. 나는 환자의 건강과 생명을 첫째로 생각하겠노라.
5. 나는 환자가 나에게 알려준 모든 것에 대하여 비밀을 지키겠노라.
6. 나는 의업의 고귀한 전통과 명예를 유지하겠노라.
7. 나는 동업자를 형제처럼 여기겠노라.
8. 나는 인종, 종교, 국적, 정당 관계 또는 사회적 지위 여하를 초월하여 오직 환자에 대한 나의 의무를 지키겠노라.
9. 나는 인간의 생명을 그 수태된 때로부터 더없이 존중하겠노라.
10. 나는 비록 위협을 당할지라도 나의 지식을 인도에 어긋나게 쓰지 않겠노라.
11. 나는 자유의사로서 나의 명예를 걸고 위의 서약을 하노라.

(1955년 연세대학교 양재모 교수 번역)

세계의사협회 제네바 선언(Declaration of Geneva) 개정판(2017)

AS A MEMBER OF THE MEDICAL PROFESSION:

I SOLEMNLY PLEDGE to dedicate my life to the service of humanity;

THE HEALTH AND WELL-BEING OF MY PATIENT will be my first consideration;

I WILL RESPECT the autonomy and dignity of my patient;

I WILL MAINTAIN the utmost respect for human life;

I WILL NOT PERMIT considerations of age, disease or disability, creed, ethnic origin, gender, nationality, political affiliation, race, sexual orientation, social standing or any other factor to intervene between my duty and my patient;

I WILL RESPECT the secrets that are confided in me, even after the patient has died;

I WILL PRACTISE my profession with conscience and dignity and in accordance with good medical practice;

I WILL FOSTER the honour and noble traditions of the medical profession;

I WILL GIVE to my teachers, colleagues, and students the respect and gratitude that is their due;

I WILL SHARE my medical knowledge for the benefit of the patient and the advancement of healthcare;

I WILL ATTEND TO my own health, well-being, and abilities in order to provide care of the highest standard;

I WILL NOT USE my medical knowledge to violate human rights and civil liberties, even under threat;

I MAKE THESE PROMISES solemnly, freely, and upon my honour.

이제 의료계의 일원으로서

나는 인류에 봉사하는 것에 제 인생을 바칠 것을 맹세합니다.

나는 환자의 건강과 안녕을 가장 중요하게 생각할 것입니다.

나는 환자의 자율성과 존엄을 존중할 것입니다.

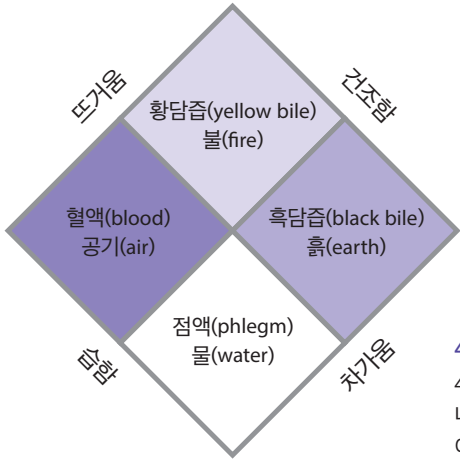
나는 인간의 생명에 대해 최고의 존경을 유지할 것입니다.

나는 환자의 나이, 질병 혹은 장애, 종교, 민족, 성별, 국적, 정치적 성향, 인종, 성적 지향, 사회적 지위 등으로 환자를 차별하지 않겠습니다.

나는 환자의 비밀을 존중할 것이며, 설사 환자가 사망한 이후에도 그렇게 할 것입니다.
나는 제 일을 할 때 양심과 존엄을 가지고 좋은 의료 기술을 베풀 것입니다.
나는 선배 의사들이 이룩하신 의료계의 명예와 고귀한 전통을 이어 나갈 것입니다.
나는 선생님, 동료, 학생 들에게 항상 감사한 마음을 가지고 그들을 존중할 것입니다.
나는 의학 지식을 환자의 건강과 의료계의 발전을 위해 사용할 것입니다.
나는 최상의 의료 기술을 베풀 수 있도록 나의 건강, 안녕, 능력을 유지할 것입니다.
나는 설사 협박을 받더라도 의학 지식을 인권이나 자유를 침해하는 데 사용하지 않겠습니다.
나는 전적으로 자신의 의지하에, 나의 명예를 걸고 위의 사항을 굳게 맹세합니다.

(2023년 서울대학교 손환철 교수 & G. S. 번역)

4체액설에 따른 사람의 네 가지 기질(four type of temperaments)에 대한 고대의 설명을 살펴보면 다음과 같다. ① 혈액(따뜻하고 습하다)은 봄, 여름과 연관되며, 생명이 자라나게 한다. 혈액이 강한 사람(sanguine)은 다혈질로 화를 잘 내지만, 쾌활하고 자신감이 있으며 도전정신이 강하다. ② 점액(차갑고 습하다)은 겨울과 연관되며, 음식물을 삼킬 수 있게 한다. 점액이 강한(phlegmatic) 사람은 사회적 재능이 뛰어나다. 기술이 있으며 느리지만 신중하여 내면의 세계에 오래 집중한다. 동그란 얼굴에 작은 코, 도톰한 입술을 가지고 있다. ③ 황담즙(따뜻하고 건조하다)은 여름과 연관되며, 식도의 팽창과 위의 분비를 촉진한다. 황담즙이 강한(choleric) 사람은 용감하고 경쟁적이고 집중하고 논리적이며 전략적으로 접근한다. 도전적이며 거칠고 강하다. 넓은 이마에 네모난 턱, 두드러진 광대뼈를 가지고 있다. ④ 흑담즙(차갑고 건조



4체액설

4체액설은 혈액, 점액, 황담즙, 흑담즙의 네 가지 요소가 인체 내부에서 균형을 이룬다고 설명한다.

하다)은 가을과 연관되며, 흑담즙이 강한(melancholic) 사람은 냉정하고 혼자서 지내는 시간이 많다. 다른 사람에 비해 더 많이 꿈꾸고, 명상적이며 조심스럽고 민감하다. 정사각형 얼굴에 얇은 입술, 눈에 띄는 광대뼈를 가지고 있다.

'우울'을 뜻하는 멜랑콜리(melancholy)라는 단어는 지금도 많이 쓰인다. 이 말은 검정을 뜻하는 'melan'과 쓸개를 뜻하는 'chole'이 조합된 것으로, 히포크라테스의 4체액설에서 나왔다. 체액이 균형을 잃어 흑담즙이 많아지면 사람은 감정적이고, 예민하고, 비관적인 특징을 보인다고 생각했다. 우울한 사람에게 '멜랑콜리'해 보인다는 말은 여기에서 유래했다.

물론 현대 의학에서는 받아들이기 힘든 개념이지만, 그는 인체의 균형을 중요하게 보았고, 적어도 질병이 신의 징벌이 아니라는 점을 분명히 주장했다. 그리고 몸은 여러 요소를 통해 생명을 유지하며, 그 요소들의 균형이 흔들리면 발병한다고 생각했다. 질병이 신의 징벌

로부터 온 것이라면 병에 걸린 사람은 신의 노여움을 풀기 위해 기도를 하거나 제사를 지내고 제물을 바쳐야 할 것이다. 그러나 그는 질병의 원인을 잘못된 식이 습관과 나쁜 생활 습관으로부터 체액의 균형이 흔들린 때문이라고 생각하여, 흔들린 체액의 균형을 바로잡기 위해 좋은 것을 먹고 바른 생활을 하면 치료될 수 있다고 했다. 즉, 아픈 몸이 균형을 잡을 수 있도록 휴식을 가지면서 깨끗한 물과 와인을 들라고 권하였다.

갈레노스

갈레노스(Claudius Galenus, 129~200/216)는 히포크라테스가 사망한 후 400년가량이 흐른 후 당시 로마제국에 속해 있던 페르가몬(Pergamon)에서 태어났다. 페르가몬은 고대 그리스의 영토였으며 현재는 튀르키예의 영토다. 그리스, 로마, 튀르키예, 이집트는 각각 유럽과 아시아, 아프리카로 멀리 떨어져 있는 것처럼 느껴지지만, 지도를 보면 한국과 중국, 일본만큼이나 가깝다. 특히 히포크라테스가 태어난 코스섬은 그리스의 영토이지만 튀르키예와 매우 가까운 섬으로, 튀르키예 보드룸 지역과 직선거리로 10킬로미터 정도 떨어져 있다. 현재 튀르키예 페르가몬 지역에는 갈레노스 동상이 세워져 있다.

갈레노스의 아버지는 건축가였고, 집안은 부유한 편이었다. 덕분에 갈레노스는 어려서부터 철학 공부와 함께, 약초를 포함한 의학에 대한 여러 교육을 받을 수 있었다고 전해진다. 이후 스미르나(Smyrna) 지역에서 의학을 좀 더 공부하다, 당시 유라시아 고대 지식의 총본산이라 전해지는 이집트 알렉산드리아에서 의학을 공부했다. 고대 학문의 성지인 알렉산드리아에는 당시로서는 가장 많은 장서가 보존된 도서관이 있었다고 전해진다.

이후 페르가몬으로 돌아온 갈레노스는 검투장의 의사로 고용되