

# 관중



관중은 면마과의 여러해살이 양치식물로, 산지의 그늘지고 습한 곳에서 자란다. 우리나라와 일본, 중국, 러시아 등에 분포한다.

50~10cm 정도로 자라고, 분주나 포자로 번식하는 특징이 있다. 분화식물로 재배하거나 정원의 수목 아래 심어 관상용으로 활용하기도 한다. 어린 잎은 식용할 수 있으며, 약용으로도 활용된다. 다만, 뿌리에는 독성이 있어 사용에 유의해야 한다.

## 관중에는 어떤 효능·효과가 있을까요?



구분	제목	연구기관	연도	주요내용
①	관중 추출물의 <i>Propionibacterim acnes</i> 에 대한 항균효과	(주)래디안	2006	· 관중 추출물을 이용한 <i>P. acnes</i> 에 대한 MIC 값을 측정하였을 때 대조군으로 사용한 항생제인 triclosan 보다 높은 항균활성이 나타남을 확인함.
②	관중, 참지네고사리 및 더부살이고사리 분획물의 항산화 활성	충북대학교	2012	· 관중과 더부살이고사리의 n-butanol 분획물은 총 폴리페놀의 함량이 많으며 radical 소거활성이 높은 것을 확인함.
③, ④, ⑤	알레르기성 비염과 천식 동물에서 관중의 기도염증 억제효과	전북대학교	2017	· 관중은 비염증상을 현저하게 개선하고 점막 염증 및 폐 염증을 완화 시킴을 확인 · 관중은 호산구와 비만세포의 증가 및 히스타민 방출을 감소 · 관중은 비강 세척액과 기관지 폐포액에서 Th2 사이토카인의 높은 발현을 현저하게 감소시키고 Th1 및 Treg사이토카인을 증가시킴