다래 9

다래는 순과 열매를 주로 섭취하는데, 다양한 영양성분을 함유하고 있어 과거에는 진통제, 이뇨제, 해열제 및 갈증 해소 등에 널리 이용되었다. 최근에는 껍질째 먹을 수 있고, 당도가 높아 맛이 좋은 다래에 대한 소비자들의 수요가 지속적으로 증가하고 있다.

다래에는 어떤 효능·효과가 있을까요?

① 항염증 | ② 혈당감소 | ③ 항산화 | ④ 인지기능 개선 | ⑤ 아토피피부염 개선 | ⑥ 항알레르기 | ⑦ 변비개선

구분	제목	연구기관	연도	주요내용
①	NF-kappaB 경로의 억제에 의한 lipopolysaccharide로 활성화된 대식세포의 토종다래(*Actinidia arguta*) 추출물의 항염증 효과	대구한의대학교, ㈜이지함 화장품, 허브누리 기술연구소	2018	· 토종다래는 70% ethanol 추출물(HKE)의 항염증 효과가 가장 높았으며, HKE는 대식세포에서 NF-κB 염증관련 경로의 억제로 세포 내 mRNA 및 단백질 수준에서의 염증인자들의 생성을 저해하여 항염증 효과를 명백히 확인
②	Phenylpropanoid-Conjugated Triterpenoids from the Leaves of *Actinidia arguta* and Their Inhibitory Activity on αGlucosidase	국립산림과학원, 충북대학교	2020	· *Actinidia arguta*의 잎에서 7개의 새로운 triterpenoids와 8개의 알려진 triterpenoids를 분리하였다. triterpenoids 중 phenylpropanoid성분 단위를 가진 triterpenoid는 α-글루코시다아제에 대한 억제 활성을 보였으며, 이는 phenylpropanoid의 중요성을 시사, 분자 도킹 분석 결과 phenylpropanoid의 4'-OH 그룹과 α-글루코시다아제 간의 상호 작용이 입증
①, ③	Organic acid conjugated phenolic compounds of hardy kiwifruit (*Actinidia arguta*) and their NF-κB inhibitoryactivity	국립산림과학원	2020	· 토종다래 열매에서 총 29가지 화합물이 분리되었으며, 이 중 quinic acid 유도체는 NF-κB 전사 활성을 억제하는 효과를 보였으며, 토종다래에는 다양한 유기산과 페놀 화합물뿐 아니라 유기산 공액 페놀 화합물이 풍부하게 포함되어 있어 염증 관련 질병 예방 및 건강 증진을 위한 섭취에 효과적임을 시사

9 다래

구분	제목	연구기관	연도	주요내용
③, ④	Antiamnesic Effect of *Actinidia arguta* Extract Intake in a Mouse Model of TMT-Induced Learning and Memory Dysfunction	경상대학교	2017	· *Actinidia arguta*의 에틸아세테이트 분획(EFAA)은 기억 손상과 관련된 효소인 아세틸콜린에스터레이스 (AChE)를 억제하고, 산화 스트레스 지표인 말론디알데하이드 (MDA)를 감소시키며, 항산화 효소(SOD)를 증가시키고, 글루타티온 균형을 회복시키는 효과를 나타냄 · 이를 통해 EFAA가 기억력 개선과 신경 보호에 도움을 줄 수 있음을 보임
①, ⑤	NC/Nga 마우스에서의 아토피피부염 모델 개발 및 피부염 병변에 대한 다래 추출물 (*Actinidia* Extract)의 효과	서울대학교	2009	· 아토피피부염이 유발된 쥐에서 DA-9102(다래추출물) 복용 시 피부 병변의 진행 및 혈청 IgE의 증가를 억제하는 효과가 관찰 · 복용 전에 비해 복용 5주 후 비장 세포에서 IL-4의 생성은 증가하지 않고, IFN-γ의 생성도 기저치보다 증가하였으나 대조군에 비해서는 억제됨. · 이는 DA-9102를 복용함이 아토피피부염 병변을 억제하고 이와 관련된 면역 반응을 억제함을 의미
⑥	Control of IgE and selective TH1 and TH2 cytokines by PG102 isolated from Actinidia arguta	서울대학교	2005	· 다래로부터 추출한 PG102T와 PG102E의 경구 투여는 선택적 TH2 사이토카인의 수준을 감소시키는 한편, TH1 사이토카인의 수준을 증가 · 이러한 TH1 및 TH2 사이토카인에 대한 차별적인 효과는 혈장 내 IgE와 IgG1 수준의 감소 및 IgG2a 수준의 증가와 함께 나타남 · 또한 IL-4를 생성하는 T세포와 IgE를 생성하는 B세포의 비율이 감소했으며, B세포 내에서 생성된 IgE의 농도도 감소 · 마지막으로, PG102T와 PG102E는 GATA-결합 단백질 3(GATA3)의 수준을 낮추는 동시에 T-box 전사 인자와 활성화된 T세포의 핵 인자 c2(NFATc2)의 수준이 증가 · PG102T와 PG102E는 경구로 복용 가능한 면역 조절제로서 다양한 알레르기 질환 치료에 유망함을 시사
⑦	Loperamide 유도 랫드 모델에서 토종다래의 변비 개선 효과	강원특별자치도 농업기술원	2024	· 다래를 섭취한 그룹은 배변 횟수와 수분 함량이 증가 · 조직 병리학적 분석에서는 Loperamide로 인해 수축되었던 장 점막 및 근육층이 다래 처리 후 정상 범위로 회복 · 해부 결과, 다래를 섭취한 그룹의 대장에서 잔여 변의 수와 무게가 감소한 것이 관찰