

산마늘 16



산마늘은 생채, 나물, 김치, 장아찌 등 식용과 약용으로 이용 가치가 크다. 내륙의 산마늘은 생산량이 적어 ‘신선초’라는 이름으로 귀하게 취급받고 있으며, 울릉도에서는 구한말 개척 초기에 부족한 식량을 대신하여 생명을 유지해 주었던 풀이라 하여 ‘명이(命이)’라고 부르기도 한다.

일반적으로 잎이 먹기에 좋은 것은 썬용으로 판매하고, 그렇지 않은 것은 장아찌용으로 사용된다. 최근에는 김치, 페스토와 같은 다양한 상품을 개발하는 시도도 진행되고 있다.

산마늘에는 어떤 효능·효과가 있을까요?

① 콜레스테롤 개선	② 비만완화	③ 항산화	④ 항균	⑤ 간세포 보호	⑥ 피부염증 개선	⑦ 가려움증 개선
---------------	-----------	----------	---------	-------------	--------------	--------------

구분	제목	연구기관	연도	주요내용
①	산마늘로부터 단리한 kaempferol과 quercetin의 콜레스테롤 저하 활성	국립산림과학원, 서울대학교	2004	· 산마늘 잎 에탄올 추출물로 콜레스테롤 생합성 저해 효과를 확인
②	고지방식으로 유발된 비만마우스에서 산마늘 잎 추출물의 항비만 효과	대구의한대학교	2011	· 비만유발을 위하여 고지방식이를 13주간 공급하였으며, 고지방식이 공급 7일째에 증류수(비만대조군), 메트포민(약물대조군), 산마늘 잎 메탄올 추출물을 투여 · 비만대조군은 확인한 비만이 유발되었으며, 산마늘 잎 메탄올 추출물(62.5, 125, 250 mg/kg) 투여군에서는 이러한 비만이 유의적으로 감소
③, ④	산마늘 부위별 성분분석 및 생리활성 평가	전남 보건환경연구원, 전남대학교	2012	· DPPH 라디칼(최종농도 250 μ M)을 이용한 항산화 활성을 검토한 결과, 뿌리 30 mg, 줄기 25 mg, 그리고 잎 4 mg에서 SC50값을 보였고, CE-OOH 생성 억제 효과는 잎 > 줄기 > 뿌리 순 · 부위별 항균활성 검토 결과, 뿌리, 줄기, 잎 모두 <i>C. perfringens</i> , <i>S. aureus</i> , <i>L. monocytogenes</i> , <i>V. vulnificus</i> , <i>V. parahaemolyticus</i> 에 항균활성을 보였으며, 그 중 특히 <i>C. perfringens</i> 균에 강한 항균활성을 보임.

16 산마늘

구분	제목	연구기관	연도	주요내용
⑤	산마늘 추출물의 알코올 유도 세포독성에 대한 간 세포 보호 효과	경상국립대학교 등	2023	· 산마늘 물 및 60% 에탄올 추출물은 에탄올로 세포독성이 유도된 간 세포에서 세포사멸을 억제하는 것으로 확인됨
⑥, ⑦	산마늘 뿌리줄기 물 추출물의 항염증 및 피부장벽 강화 효과	한국농수산대학교	2023	· 산마늘 뿌리줄기 물 추출물은 알려진 자극에 의한 가려움증 관련 물질 β -hexosaminidase의 탈과립 분비를 억제하였으며, 염증유발물질 COX-2 발현과 NO의 생성을 억제함을 확인

