

작약 58



작약은 관상용 뿐만 아니라 약용으로 쓰이는 임산물로, 기원전 500년 경부터 약초로 재배되었다고 한다. 가을에 뿌리를 채취해 껍질을 제거하고 햇볕에 말려 사용한다. 백작약은 쌍화탕에 들어가는 주 재료이기도 한데, 작약 뿌리에서 특유의 향이 난다.

함지박처럼 큰 꽃을 피운다고 해서 ‘함박꽃’이라는 이름으로 불리기도 한다.

작약에는 어떤 효능·효과가 있을까요?

- ①
피부건강 개선
- ②
주름개선
- ③
피로회복
- ④
운동 수행능력 향상

| 구분 | 제목 | 연구기관 | 연도 | 주요내용 |
|------|---------------------------------------|----------|------|---|
| ①, ② | 작약 및 포제작약의 최종 당화산물 억제를 통한 피부 주름 개선 효과 | 대구한의대학교 | 2017 | · 피부조직에서 최종당화산물억제, 활성산소(ROS) 감소, collagen 감소억제 등으로 주름개선 효과가 나타남 |
| ③, ④ | 작약감초탕의 추출용매에 따른 성분 분석 및 항피로 효능 비교 | 한국한의학연구원 | 2020 | · 에탄올로 추출하여 제조된 작약감초탕은 마우스 경구투여에서 물 추출시 보다 항피로 효능 및 운동수행능력이 30%이상 증가한 것으로 나타남 |