

산수유

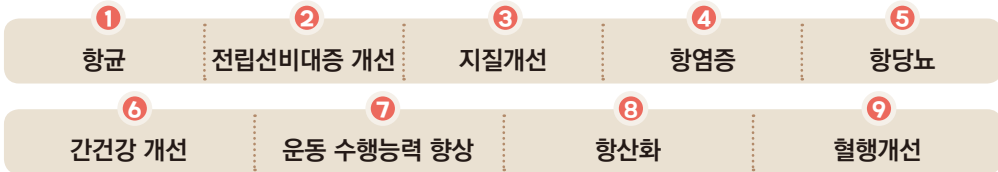


산수유나무는 약 천 년 전 중국에서 전남 구례로 시집을 온 신부가 우리나라에 처음 가지고 왔다고 전해진다.

산수유나무는 이른 봄 노란 꽃으로, 가을에는 붉은 열매로 아름다움을 선사하여 조경수로도 인기가 있다.

산수유는 생과로 주로 발효액이나 술로 만들어서 먹는다. 또한 샐러드 소스나 잼 등을 만들어 먹기도 한다. 말린 산수유는 차로 우려서 마시기도 하곤 한다.

산수유에는 어떤 효능 · 효과가 있을까요?



구분	제목	연구기관	연도	주요내용
①	산수유의 영양성분과 항균효과	한국관광대학	2006	· 산수유 3g을 첨가한 냉면육수는 살균효과와 함께 균의 생육을 억제하였고 관능검사에서는 산수유 1.5g 첨가시 육수의 색깔, 냄새, 맛 등 기호도가 좋아지는 것으로 나타남
②	산수유 추출물에 의한 testosterone으로 유발된 양성 전립 비대증의 개선	동의대학교	2021	· 산수유 추출물을 마우스의 복강 내 주사처리 시 양성 전립선 비대증의 진행 억제 효과가 나타남
③	Regulation of renal lipid deposition in diabetic nephropathy on morroniside via inhibition of NF-KB/TNF- α /SREBP1c signaling pathway	흑룡강중 의과학원	2023	· 산수유의 주성분인 모로니사이드(morroniside)를 마우스에 복강내 투여한 결과 당뇨병성 신장질환에서 지질대사 장애를 조절하고 신장 지질 침착을 감소시키는 효과가 나타남

구분	제목	연구기관	연도	주요내용
④	산수유 (<i>Cornus officinalis</i>) 열매의 β -Secretase 및 산화적 손상 및 염증반응 저해를 통한 알츠하이머성 β 치매 예방 효과 규명 및 그 key compounds의 분리 동정	동아대학교	2012	· 산수유에서 분리 동정한 4가지 물질(ursolic acid, p-coumaric acid, gallic acid 및 loganin)에서 세포보호 효과, 특히 p-coumaric acid와 ursolic acid는 염증억제 효과가 나타남
⑤	지골피, 산수유의 streptozotocin 유발 당뇨흰쥐에서의 효과 비교 연구	동국대학교	2013	· 산수유 물추출물은 STZ 주사 당뇨 동물모델에서 혈당 감소 효과를 나타냄
⑥, ⑦	동계훈련 시 산수유 추출물 섭취가 남중 축구선수의 혈중 피로물질, 근 손상 및 간 기능에 미치는 영향	부산대학교	2017	· 4주간의 동계훈련기간 중 산수유 추출물 섭취는 중학교 축구선수들의 혈중 피로 물질, 근손상 지표를 감소시키는 효과를 나타냄
⑧, ⑨	산수유 추출물이 Streptozotocin으로 유발된 흰쥐의 항당뇨 및 항산화 작용에 미치는 효과	대진대학교	2005	· 산수유 과육 에탄올 추출물은 STZ 유발 당뇨 동물모델에서 혈당개선, 지질개선, 항산화 효과를 나타냄

