

8 머루



머루는 한국의 풍토에 적합하여 전국 각 지역의 산간지 및 평지에 분포되어 있다. 국내에서 머루의 재배에 관한 유래는 고려 이전의 삼국시대부터 재배된 것으로 보인다. 조선시대의 「산림경제」에는 여러 가지 머루와 포도 품종이 소개되어 있으며, 서민들이 주로 이용하던 조선 백자에 다양한 머루 그림이 그려져 있다.

야생머루가 가진 독특한 맛과 향기, 기능성 자연식품으로서의 유용성 덕분에 소비자들의 수요가 증가하고 있다.

머루에는 어떤 효능·효과가 있을까요?



구분	제목	연구기관	연도	주요내용
①	기능성 미용식품과 화장품 소재로서 머루 추출물의 생리활성 검색	전북대학교, 고구려대학교	2016	<ul style="list-style-type: none"> 머루의 부위별 ethanol(70%) 추출물의 tyrosinase 저해활성을 분석한 결과, 과경 (94.2%)에서 가장 높았고, 다음으로 과육(71.4%), 씨 (70.9%)순으로 나타남 머루즙과 70% 에탄올 추출물은 항산화 효과 및 미백 효과가 높은 것을 확인
①, ②	머루 과피와 종자 에탄올 추출물의 항산화 활성 및 항돌연변이 활성 분석	경북대학교	2016	<ul style="list-style-type: none"> 머루 과피와 종자 추출물의 항산화 활성 및 항돌연변이 활성을 분석한 결과, 우수한 항산화 활성을 나타냄
③	Water extract of <i>Vitis coignetiae</i> Pulliat leaves attenuates oxidative stress and inflammation in progressive NASH rats.	Acta Med Okayama.	2012	<ul style="list-style-type: none"> <i>Vitis coignetiae</i> Pulliat 물 추출물은 간의 산화 스트레스를 개선시킴으로 염증과의 crosstalk를 break하여 NASH의 발달을 저해
①, ④	산화된 지방식을 급여한 흰쥐에서의 머루즙 투여가 지질대사와 항산화에 미치는 영향	한국지역사회 생활과학회지	2009	<ul style="list-style-type: none"> 머루즙은 과산화지질식을 먹인 동물시험에서 항산화 및 지질 개선 효과를 나타냄