B38

大棗(*Ziziphus jujuba* Mill.)之歷史回顧

莊芷綾、楊政哲
嘉南藥理大學，藥學系

大棗(*Ziziphus jujuba* Mill.)為鼠李科(Rhamnaceae)多年生的植物，主產於中國北方內陸，其栽培歷史超過四千多年，早在詩經即已收載其食用之紀錄，長久以來不僅被當成食品，亦被當作補益藥使用。大棗含有多種營養成分，如：膳食纖維和果糖、必需脂肪酸、維他命、礦物質、微量元素、醣類、有機酸等，具有高度營養保健價值；同時亦含有多種的活性成分，如：酚類、三萜酸、多醣體、維他命C、生物鹼、醣苷、皂苷、核苷與鹼基等。目前已知的研究顯示大棗具有抗癌、抗炎症、抗氧化、抗肥胖、免疫調節，保肝和胃腸道保護作用，以及抑制巨噬細胞形成泡沫細胞等多樣的生物活性，因此被賦予"中藥中的綜合維他命”的美名，現行的研究主要致力於將已知的活性成分做更進一步的體內試驗，並不間斷的用分離萃取技術找尋新的活性成分，無論從營養價值還是藥用價值或保健用途等方面來看，大棗的研究都備受矚目。

關鍵字: 大棗、三萜酸、多醣體、抗氧化、免疫調節、保健