

# สมาคมโสมเกาหลีให้การรับรองคุณภาพโสมเกาหลี

## ผ่านงานวิจัยเชิงเปรียบเทียบ



สมาคมโสมเกาหลี (<http://www.korean-ginseng.org>) เผยแพร่ข้อมูลเอกสารเพื่อยืนยันถึงความเป็นเลิศของโสมเกาหลี ในโอกาสที่ทางสมาคมเตรียมจัดเทศกาลโสมในระหว่างวันที่ 5-28 ตุลาคม ตามเมืองสำคัญทั่วประเทศเกาหลีใต้

จากการวิจัยโดยศูนย์วิจัยอุตสาหกรรมโสม มหาวิทยาลัยจุงอัง เมื่อปี 2555 รายงานว่า เมื่อศึกษาเปรียบเทียบโสมเกาหลีกับโสมจากญี่ปุ่น แคนาดา และจีน โสมเกาหลีมีสารออกฤทธิ์หลัก 6 ชนิด ได้แก่ G-Rb2, G-Rh1, Ge, G-Rg1, G-Rf และ Se ในระดับที่สูงกว่า

นอกจากนี้ ในปี 2560 องค์การพัฒนาชนบทของเกาหลีใต้ยังได้เผยแพร่ผลการศึกษาระยะเวลา 10 ปี ซึ่งทำให้ประชาชนทั่วไปได้รับรู้ถึงสรรพคุณของโสมเกาหลี

ผู้เข้าร่วมการทดลองที่ไม่มีความผิดปกติทางด้านสติปัญญาจำนวน 90 ราย ได้รับคำสั่งให้รับประทานโสมปริมาณ 3 กรัม เป็นระยะเวลา 6 เดือน ซึ่งหลังจากนั้น พบว่าผู้เข้าร่วมการทดลองได้รับคะแนนจากการทดสอบด้านการมองเห็น และความสามารถในการจดจำสูงเป็นสองเท่า เมื่อเทียบกับผู้ที่ไม่ได้เข้าร่วมการทดลอง

ขณะที่ผู้เข้าร่วมการทดลองซึ่งไม่มีความผิดปกติทางสติปัญญาจำนวน 70 ราย ได้รับคำสั่งให้รับประทานโสมปริมาณ 3 กรัม เป็นเวลา 12 สัปดาห์ เมื่อนำระดับความเครียดของผู้เข้าร่วมการทดลองมาวิเคราะห์ พบว่ามีคุณภาพในการนอนหลับเพิ่มขึ้น และความกังวลลดลงถึง 48.1%

สำหรับการทดลองกับสัตว์ ปรากฏว่าระดับของ ALT (alanine aminotransaminase) และ AST (aspartate aminotransferase) ซึ่งจะเพิ่มขึ้นในภาวะตับล้มเหลว นั้น ลดลงถึง 38.7% และ 31.9% ตามลำดับ

โสมสดที่คงสภาพเดิมจะมีความชื้นมากกว่า 75% ซึ่งโดยปกติโสมสดจะถูกนำไปอบแห้งและชงเป็นชา ผสมกับนม และน้ำผึ้ง หรือนำไปใช้ในการประกอบอาหาร อาทิ ผักแช่เย็น กิมจิ และไก่ตุ๋น

นายฮัน ผู้บริหารจากสมาคมโสมเกาหลี กล่าวว่า “โสมเกาหลีได้รับการพิสูจน์และการยอมรับจากการวิจัยต่าง ๆ ว่ามีประสิทธิภาพในการเสริมสร้างการทำงานของระบบภูมิคุ้มกัน ป้องกันภาวะตับวาย ลดระดับน้ำตาลในเลือด และป้องกันริ้วรอย เราขอแนะนำให้รับประทานโสมที่ยังไม่แปรรูป เราคาดหวังว่านักท่องเที่ยวจากต่างประเทศจะให้

ความสนใจในเทศกาลโสม ซึ่งจะจัดขึ้นระหว่างวันที่ 5-28 ตุลาคมนี้ ตามเมืองสำคัญทั่วประเทศเกาหลีใต้”

รูปภาพ - <https://photos.prnasia.com/prnh/20180918/2240823-1>

คำบรรยายภาพ: โสมเกาหลี