



한국소비자원
소비에 가치를! 시장에 신뢰를!

보 도 자 료

보도 일시	2026. 1. 13.(화) 12:00 <1. 14.(수) 조간>	배포일	2026. 1. 12.(월)
담당 부서	안전감시국 식의약안전팀	담당자	김보경 팀 장(043-880-5841) 고선경 조사관(043-880-5846)

[안전 실태조사 결과]

루바브 일반식품, 갱년기 증상 완화 효과 기대하기 어려워

최근 갱년기 증상 완화를 위해 약용식물인 루바브 뿌리의 추출물로 만든 건강기능식품을 찾는 사람들이 늘고 있다. 하지만 기능성 원료가 함유되지 않은 루바브 ‘일반’ 식품과 혼동하기 쉬워 소비자의 주의가 필요하다.

이에 한국소비자원(원장 윤수현)이 국내에 유통 중인 루바브 일반식품 10개 제품의 기능성 성분 함량 및 표시·광고 등을 조사한 결과, 전 제품이 갱년기 증상 완화 효과와 무관한 것으로 나타났다.

□ 조사대상 전 제품, 기능성 원료 ‘루바브뿌리추출물’ 사용하지 않아

루바브 건강기능식품은 식약처로부터 기능성 및 안전성을 인정받은 루바브뿌리추출물을 원료로 사용해야 하며, 기능성 지표성분인 라폰티신(Rhaponticin)*이 1일 섭취량 당 2.52mg 함유되어 있어야 한다.

* 루바브뿌리추출물 기능성 지표성분으로 안면홍조, 우울감 등의 갱년기 증상 완화에 도움을 줌.

※ 「건강기능식품 기능성 원료 및 기준·규격 인정에 관한 규정」(식품의약품안전처고시 제2020-12호)

조사대상 10개 제품의 사용원료를 조사한 결과, 전 제품이 루바브추출물을 33.61~80%로 사용한 것으로 표시되어 있었다. 그러나 해당 제품에 사용된 루바브추출물은 기능성 원료인 루바브 ‘뿌리’의 추출물이 아니었으며, 기능성을 인정받은 바가 없어 효능과 효과를 기대하기는 어렵다.

<루바브추출물 사용 예시>

루바브추출분말 [루바브추출물(고형분0.5%/국산), 덱스트린]80%		루바브추출물(고형분:0.4%)(루바브/ 국산) 80%, 덱스트린		원재료명 및 함량 루바브추출물분말 루바브추출물(루바브/국산), 덱스트린 62.5%	
식품의 유형	과·채 가공품	식품의 유형	기타 가공품	식품의 유형	과·채 가공품
• 루바브추출분말 80%, 과·채 가공품		• 루바브추출물 80% 함유, 기타 가공품		• 루바브추출물분말 62.5%, 과·채 가공품	

□ 기능성 지표성분 함량, 갱년기 증상 완화 효과 기대하기 어려워

조사대상 10개 제품의 갱년기 건강 효능·효과를 확인하기 위해 지표성분인 라폰티신 함량을 조사*한 결과, 검출되지 않거나 1일 섭취량 기준 0.03 mg 이하로 확인됐다. 전 제품의 라폰티신 함량은 기능성 인정 규격(라폰티신 함량 2.52 mg)의 최대 약 1% 수준에 불과했다.

* 일반식품은 지표성분 함량 등 건강기능식품의 요건이 없으나 조사대상 제품은 효능·효과를 강조하는 만큼 해당 요건에 맞춰 조사함.

<표시된 사용원료 및 라폰티신 함량 조사결과>

구분	제품명	제조원/판매사	표시된 사용원료 및 함량	라폰티신 함량
1	백세식품 루바브 추출물분말	(주)비에스에프코리아/ (주)비에스에프코리아	루바브추출물 80%	0.03 mg
2	닥터바이투 올인원 레드루바브 밸런스케어	채움바이오(주)/지플래닛	루바브추출분말 80%	0.01 mg 미만
3	웰빙곳간 루바브 치커리 뿌리 추출물 정	(주)에본바이오/미섬스토어	루바브추출물분말 80%	0.01 mg 미만
4	뮤르디 파이테론 레드포물러	(주)한미양행/뮤르디	루바브추출물분말 62.5%	0.01 mg 미만
5	타르새오 루바브 맥스	(주)토종마을/건강편의점	루바브추출물분말 80%	0.01 mg 미만
6	살므시 프리미엄 루바브 백수오 치커리 석류 정	(주)보부상바이오팜/DW리테일	루바브추출물분말 80%	0.01 mg 미만
7	랩온랩 루바브 치커리 뿌리 백수오 정	(주)제이에스바이오/랩온랩	루바브추출분말 33.61%	불검출
8	미녀비책	(주)비에스에프코리아/별건강소	루바브추출물분말 -	0.01 mg 미만
9	에잇씨클 프리미엄 루바브 백수오 치커리 석류 정	(주)보부상바이오팜/에잇씨클	루바브추출물분말 80%	0.01 mg 미만
10	웰리트 루바브 추출물 올인원 정	(주)토종마을/(주)토종마을	루바브추출물분말 80%	0.01 mg 미만

□ 건강기능식품으로 오인하지 않도록 표시·광고 개선 필요

건강기능식품이 아닌 일반식품은 「식품 등의 표시·광고에 관한 법률」(법률 제20826호)에 따라 건강기능식품으로 인식할 우려가 있는 표시 또는 광고를 금지하고 있다. 하지만 조사대상 10개 제품 중 8개 제품이 ‘갱년기 영양제’, ‘콜레스테롤 수치 조절’ 등 확인되지 않은 효능 및 효과를 강조하는 부당광고를 하고 있었다.

<부당광고 현황>

광고 내용	 콜레스테롤 수치 조절  항산화 성분  갱년기 증상 완화  #몸에좋은영양제  #갱년기영양제
-------	--

한국소비자원은 이번 조사결과를 바탕으로 기능성 원료를 사용하지 않은 식품이 건강기능식품처럼 판매되지 않도록 해당 사업자에게 부당광고를 삭제 또는 개선하도록 권고했다.

※ 6개 사업자는 해당 제품의 판매 중단, 1개 사업자는 표시 개선을 회신하였고, 3개 사업자(건강편의점, DW리테일, 별건강소)는 별도의 회신이 없었음.

또한 식품의약품안전처에는 루바브 일반식품을 건강기능식품으로 오인할 우려가 있는 해당 제품에 대한 점검을 요청할 계획이다.

아울러 소비자에게는 갱년기 증상 완화를 위해 건강기능식품을 구매할 때, 제품에 표시된 원료 및 건강기능식품 인증마크 등 표시사항을 꼼꼼하게 확인할 것을 당부했다.

- 붙임 1. '루바브 식품 안전실태조사' 개요**
2. '루바브 식품 안전실태조사' 결과
3. 조사대상 루바브 식품
4. 루바브 식품 종합결과표

물품 등의 사용 중 안전사고를 경험했거나 사고 우려가 있는 경우
 '소비자위해감시시스템'에 제보 혹은 신고할 수 있습니다.

[위해정보 신고]

- (홈페이지) www.ciss.go.kr에서 '위해정보 신고하기' 클릭
- (핫라인) 국번없이 080-900-3500



위해정보 신고



붙임 1**‘루바브 식품 안전실태조사’ 개요****1 조사 목적**

- ☐ 루바브* 관련 일반식품이 유통되고 있으나, 여성 갱년기 증상 완화를 위한 건강기능식품과 혼동되어 판매되고 있어 품질 및 안전성을 조사하여 건전한 소비 환경 조성에 기여하고자 함.

* 유럽 등지에서 식용 및 약용으로 사용되어 온 식물로, 특히 뿌리에 갱년기 증상 완화 등에 효과가 있는 라폰티신이 함유됨.

2 조사 대상

- ☐ 온라인에서 과채가공품, 기타가공품, 고형차 등의 유형으로 판매 중인 루바브 일반식품 10종

※ 2025년 7월 국내 온라인 판매사이트에 ‘루바브 식품’ 검색 시 상품정보 연관성, 판매실적 등을 고려한 지표 기준 상위 10개 제품

3 조사 내용 및 방법

- ☐ 루바브 일반식품의 ① 사용원료 및 기능성 지표성분(라폰티신) 확인
② 센노사이드 검출, ③ 표시·광고 실태 조사

<조사내용 및 방법>

조사내용	조사방법
• 국내외 안전기준 및 안전정보 검토	문헌조사
• 사용원료 및 기능성 지표성분(라폰티신) 확인 • 센노사이드 검출	시험검사
• 제품 및 온라인 판매페이지 표시·광고 실태	실태조사

4 조사 기간

- ☐ 2025. 7. 14. ~ 2025. 10. 15. (약 4개월)

붙임 2

‘루바브 식품 안전실태조사’ 결과

1 품질

가. 사용원료

- (사용원료) 조사대상 10개 전 제품은 일반식품 유형으로 판매하고 있었으며, 루바브추출물을 33.61%~80%로 사용한 것으로 표시했음.

<루바브추출물 사용 예시>

루바브추출분말 [루바브추출물(고형분0.5%/국산), 덱스트린]80%		루바브추출물 고형분:0.4%(루바브/ 국산) 80%, 덱스트린	원재료명및함량 루바브추출물분말 루바브추출물(루바브/국산), 덱스트린 62.5%
식품의유형	과.채가공품	식품의 유형	기타가공품
• 루바브추출분말 80%, 과채가공품		• 루바브추출물 80% 함유, 기타가공품	
		식품의 유형	과채가공품
		• 루바브추출물분말 62.5%, 과채가공품	

<표시된 사용원료 함량 조사결과>

구분	제품명	제조원/판매사	표시된 사용원료 및 함량
1	백세식품 루바브 추출물분말	(주)비에스에프코리아/ (주)비에스에프코리아	루바브추출물 80%
2	닥터바이투 올인원 레드루바브 밸런스케어	채움바이오(주)/지플래닛	루바브추출분말 80%
3	웰빙곳간 루바브 치커리 뿌리 추출물 정	(주)에본바이오/미섬스토어	루바브추출물분말 80%
4	뮤르디 파이테론 레드포물러	(주)한미양행/뮤르디	루바브추출물분말 62.5%
5	타르새오 루바브 맥스	(주)토종마을/건강편의점	루바브추출물분말 80%
6	살므시 프리미엄 루바브 백수오 치커리 석류 정	(주)보부상바이오팜/DW리테일	루바브추출물분말 80%
7	랩온랩 루바브 치커리 뿌리 백수오 정	(주)제이에스바이오/랩온랩	루바브추출분말 33.61%
8	미녀비책	(주)비에스에프코리아/별건강소	루바브추출물분말 -
9	에잇씨클 프리미엄 루바브 백수오 치커리 석류 정	(주)보부상바이오팜/에잇씨클	루바브추출물분말 80%
10	웰리트 루바브 추출물 올인원 정	(주)토종마을/(주)토종마을	루바브추출물분말 80%

나. 기능성 지표성분

- ☐ (라폰티신) 조사대상 10개 제품의 라폰티신 함량이 제품에 표시된 1일 섭취량 600 mg ~ 5,000 mg 기준 불검출이거나 최대 0.03 mg 수준으로 나타남.

※ (기능성 원료 루바브뿌리추출물 기준) 루바브뿌리추출물 1일 섭취량 4 mg/일 당 기능성 지표성분 라폰티신 2.52 mg 함유(개별인정형 원료 기능성 심사 보고서)

<라폰티신 함량 조사결과>

구분	제품명	1일 섭취량	라폰티신 함량
1	백세식품 루바브 추출물분말	5,000 mg	0.03 mg
2	닥터바이투 올인원 레드루바브 밸런스케어	1,000 mg	0.01 mg 미만
3	웰빙곳간 루바브 치커리 뿌리 추출물 정	600 mg	0.01 mg 미만
4	뮤르디 파이테론 레드포물러	2,400 mg	0.01 mg 미만
5	타르새오 루바브 맥스	1,200 mg	0.01 mg 미만
6	살므시 프리미엄 루바브 백수오 치커리 석류 정	1,000 mg	0.01 mg 미만
7	랩온랩 루바브 치커리 뿌리 백수오 정	4,500 mg	불검출
8	미녀비책	3,000 mg	0.01 mg 미만
9	에잇씨클 프리미엄 루바브 백수오 치커리 석류 정	1,000 mg	0.01 mg 미만
10	웰리트 루바브 추출물 올인원 정	1,200 mg	0.01 mg 미만

2 안전성

- ☐ (센노사이드) 조사대상 10개 전 제품에서 센노사이드가 불검출됨.

※ 센노사이드는 변비치료제 성분으로 국내 식품첨가물 및 일반식품 사용금지 성분으로 지정되어 있으며, 식품을 통해 섭취할 시 복통, 설사 등을 일으킬 수 있음.

3 표시·광고 실태

- ☐ (부당광고) 조사대상 10개 중 8개 제품이 온라인 판매사이트에 ‘갱년기 영양제’, ‘여성 영양제’, ‘콜레스테롤 수치 조절’, ‘갱년기 증상 완화’ 등 건강기능식품으로 오인할 수 있는 광고를 함.

※ 「식품 등의 표시·광고에 관한 법률」(법률 제18445호) 부당한 표시 또는 광고를 금지

<부당광고 유형 및 내용>

유형	광고 내용	유형	광고 내용
건강기능식품 오인 광고	#갱년기영양제 #갱년기여성건강식품	소비자 기만	 <p>재구매 별다른 부작용없이 잘 먹고 있습니다 갑자기 열오르는 증상이 좀 가라앉은거 같네요~</p>
	 <p>콜레스테롤 수치 조절 항산화 성분 갱년기 증상 완화</p>		

※ ㈜비에스에프코리아, 지플래닛, 미섬스토어, 랩온랩, 에잇씨클, ㈜토종마을 총 6개 사업자는 판매 중단, 뮤르디 1개 사업자는 상세페이지 수정 등 표시정보 개선을 회신했고, 3개 사업자(건강편의점, DW리테일, 별건강소)는 별도의 회신이 없었음.

붙임 3

조사대상 루바브 식품

백세식품 루바브
추출물분말



닥터바이투 올인원
레드루바브 밸런스케어



웰빙곳간 루바브
치커리 뿌리 추출물 정



뮤르디 파이테론
레드포물러



타르세오
루바브 맥스



루바브
일반식품

살므시 프리미엄 루바브
백수오 치커리 석류 정



랩온랩 루바브 치커리
뿌리 백수오 정



미녀비책



에잇씨클 프리미엄 루바브
백수오 치커리 석류 정



웰리트 루바브 추출물
올인원 정



붙임 4

루바브 식품 종합결과표

구분	제품명	제조원/판매원	용량	유형	표시된 사용원료 및 함량	1일 섭취량	시험결과*		부당광고 유형 및 내용
							라폰티신	센노사이드	
1	백세식품 루바브 추출물분말	(주)비에스에프코리아/ (주)비에스에프코리아	200 g	기타가공품	루바브추출물 80%	5,000 mg	0.03 mg	불검출	건강기능식품 오인
2	닥터바이투 올인원 레드루바브 밸런스케어	채움바이오(주)/지플래닛	30 g	과채가공품	루바브추출분말 80%	1,000 mg	0.01 mg 미만	불검출	건강기능식품 오인 소비자 기만
3	웰빙곳간 루바브 치커리 뿌리 추출물 정	(주)에본바이오/미섬스토어	72 g	고형차	루바브추출물분말 80%	600 mg	0.01 mg 미만	불검출	건강기능식품 오인
4	뮤르디 파이테론 레드포물러	(주)한미양행/뮤르디	48 g	과채가공품	루바브추출물분말 62.5%	2,400 mg	0.01 mg 미만	불검출	-
5	타르새오 루바브 맥스	(주)토종마을/건강편의점	36 g	고형차	루바브추출물분말 80%	1,200 mg	0.01 mg 미만	불검출	건강기능식품 오인
6	살르시 프리미엄 루바브 백수오 치커리 석류 정	(주)보부상바이오팜/ DW리테일	60 g	과채가공품	루바브추출물분말 80%	1,000 mg	0.01 mg 미만	불검출	건강기능식품 오인
7	랩온랩 루바브 치커리 뿌리 백수오 정	(주)제이에스바이오/랩온랩	30 g	캔디류	루바브추출분말 33.61%	4,500 mg	불검출	불검출	-
8	미녀비책	(주)비에스에프코리아/ 별건강소	180 g	기타가공품	루바브추출물분말 -	3,000 mg	0.01 mg 미만	불검출	건강기능식품 오인
9	에잇씨클 프리미엄 루바브 백수오 치커리 석류 정	(주)보부상바이오팜/ 에잇씨클	60 g	고형차	루바브추출물분말 80%	1,000 mg	0.01 mg 미만	불검출	건강기능식품 오인
10	웰리트 루바브 추출물 올인원 정	(주)토종마을/(주)토종마을	36 g	과채가공품	루바브추출물분말 80%	1,200 mg	0.01 mg 미만	불검출	건강기능식품 오인

* 제품에 표시된 1일 섭취량 기준