

# 对于二型糖尿病可逆的重大发现



□ 美中健康产品协会 供稿



经一项为期5年的研究发现，通过摄入严格控制的低卡路里食物进行减重并维持一段时间后可以逆转二型糖尿病。

由英国糖尿病慈善组织赞助支持的糖尿病缓解期临床试验，其研究经费史无前例地高达240万英镑。此项研究的目的在于检验一种非常低的卡路里饮食是否能够逆转二型糖尿病的进展并将血糖水平控制在正常范围内。

此项研究的目的是在于检验一种非常低的卡路里饮食是否能够逆转二型糖尿病的进展并将血糖水平控制在正常范围内。

## 糖尿病成为全球性流行疾病

为了让人们重视糖尿病所带来的健康危害，世界卫生组织于4月7日选定“糖尿病”作为2016年世界健康日的主题。据统计，英国国家健保服务系统每年花费约7500万英镑单独使用药物来帮助二型糖尿病患者控制血糖水平，这还不包括具有侵入性潜在风险的手术费用，例如帮助病人迅速减重的胃束带手术。在美国，约有9.2%的美国人受到糖尿病的困扰，仅2012年美国在糖尿病上的花费就高达约3220亿美金。

与此同时，个人在糖尿病上的花费同样十分巨大，这取决于不同的病症，例如丧失视力、切断术和过早的心血管疾病。在糖尿病逐渐成为流行疾病的形势下，业内人士认为糖尿病缓解期临床试验的发现具有重要意义。

## 通过减重逆转二型糖尿病

当糖尿病缓解期临床试验开始后，会要求参与者停止使用所有的口服药物和胰岛素。参加实验的30位参与者中有13位在6周试验后回归了正常的等热量饮食，其中12位参与者的空腹血糖水平低于7mol/L。参与者在为期8周的试验中每日服用3次雀巢公司的OPTIFAST液体膳食配方产品，共含有43%的碳水化合物、34%的蛋白质和19.5%的脂肪，总热量为624kCal。饮食治疗阶段，参与者平均基线体重从98kg降至83.8kg，6个月后在恢复正常饮食时体重平均值仍然保持在84.7kg。

研究初步结果显示，40%的参与者在进行为期8周的减重计划后出现了至少6个月的缓解期，这一发现质疑了二型糖尿病是一种不可逆转的慢性疾病的普遍看法。

纽卡斯尔大学医学与新陈代谢教授Roy Taylor运用数据清楚地向人们展示，当人体总脂肪减少时，人们可以将某种脂肪平稳地藏于皮下，并且糖尿病症状消失不见。他认为：“这种脂肪存储现象会将血糖控制在正常范围内且保证体重不会增加。”Taylor教授表示，该临床试验的下一个里程碑是观察二型糖尿病患者中有多少人愿意接受这种治疗，而且要确定这种饮食治疗是否可以带来长期的效果。

与此同时，来自英国纽卡斯尔大学、格拉斯哥大学以及尼日利亚拉各斯大学的研究人员写到：“现在，二型糖尿病被认为是一种可以通过大量减重来逆转的代谢综合征，这是一个很重要的模式转换。”

# 益生菌市场日趋繁荣且多样化



□ 美中健康产品协会 供稿

美国市场上的益生菌类产品销售额增长最为快速，其中益生菌产业技术多元化的发展尤其甚，例如生产商研发出更多的剂型、更多的菌株、更多的菌落形成单位等。这一现象给市场带来了更多的机会，同时也带来了诸多误区。

一家丹麦益生菌补充剂生产商 Bifodan 的产品经理 Lasse Sommer Mikkelsen 说道：“目前，对于益生菌的用量尚无标准可依，消费者对此存在着疑虑。然而，当前的美国益生菌市场流行趋势是益生菌菌株含量越多的产品越好，可人们应该更重视益生菌的质量而不是菌株含量。”

临床试验表明，如果产品中每一种菌株的含量都不适宜身体的健康发展，不论加入多少种不同的菌株对人体都没有好处。从研发历史来看，研究最早、最为透彻的益生菌菌株为鼠李糖乳杆菌。它由膳食补充剂品牌 Culturelle 发现，在过去的这岁年中几经易主。鼠李糖乳杆菌是一种单一乳酸菌菌株，即使是这样，它的各个扩展线包括了 25~200 亿菌落形成单位。

## 益生菌产品剂型的转变

“Innova 产品视点”称，2012~2015 年期间，作为益生菌胶囊推出的新产品从 37% 涨到 45%，益生菌片剂新产品从 14% 增长至 24%。糖果、咀嚼式片剂和粉状产品还保持相对平稳的比例。但是，“其他/未知”剂型却从 30% 降至 13%。这种转变可能是由于人们对有效剂型的需求——如果某人想要一种真正有效的剂型，那么他要使用补充剂而不是一个巧克力棒。

虽然从 Innova 的角度观察市场，其它剂型

的比例有所下降。但是，Ganeden 益生菌公司研发的一种叫做 BC30 的菌株，即孢子模式，拥有一个保护涂层使其能够承受食品和饮料生产加工的工艺条件。

Ganeden 益生菌公司的副总 Mike Bush 认为，“尽管我们的这种转变似乎脱离了其它剂型模式，益生菌产业在世界范围内 7% 的增长率依然是功能食品中最快的。BC30 孢子模式益生菌可以无缝集成到食品和饮料加工中。”他还表示：“一个孢子进入肠道时就像是一个休眠的益生菌被激活一样，一旦到达小肠就开始发芽。但是只要它在食品中处于冷或干燥状态就可以保持长期稳定。”

## 合成素和多种菌株

在过去 10 年中，美国功能性产品市场还有两件值得关注的事物——对于合成素和多种菌株的应用。其中合成素是益生菌结合益生元纤维的产品，可以提高益生菌的功效。在生产过程中，多种菌株的数量被设定在 8 个左右，这是益生菌菌株的特殊数字，用来繁殖菌株，更重要的是用来标注标签。需要注意的是，只有一个菌株负责大部分的功能，剩下的菌株只是为了标注标签。对于这种状况，随着美国益生菌市场的发展可能有所改变。但是仍然改变不了美国人对于标签上“更多等于更好”的普遍认知。

所谓的“更多等于更好”指的是菌落形成单位的数量。研究显示，有些菌株例如凝结芽孢杆菌，只需 5 亿的菌落形成单位就可以达到其他菌落 10 亿菌落形成单位的效果。可见，这不适用于美国消费者“更多等于更好”的理念。

---

临床试验表明，如果产品中每一种菌株的含量都不适宜身体的健康发展，不论加入多少种不同的菌株对人体都没有好处。

---