



健康周报

第 12 期-2014 年 12 月 17 日

本期内容

植物甾醇联合鱼油可以降低
LDL 胆固醇和甘油三酯水平

碧萝芷可以减轻普通感冒症状
缩短感冒病程

甜叶菊甜味素--潜力巨大

大数据分析发现了和饮食相关
疾病的蛛丝马迹

医疗相关的保健食品前景广阔



希望大家可以关注我们的微信帐号
及时获取健康产业的最新资讯

植物甾醇联合鱼油可以降低 LDL 胆固醇和甘油三酯水平



联合利华的新研究发现少量的长链 Omega-3 脂肪酸配合植物甾醇可以有效降低体内 LDL 胆固醇和甘油三酯的水平

研究早已发现植物甾醇可以降低体内 LDL 胆固醇水平；大量摄入 Omega-3 鱼油脂肪酸可以降低血液甘油三酯水平。LDL 胆固醇和甘油三酯对心血管疾病的危害不必多言，通过对先前研究的总结，研究团队对同时摄入植物甾醇和 Omega-3 的健康效果非常感兴趣。因此他们设计了有安慰



Are you seeking a reliable partner to help you navigate and successfully enter the China dietary supplement market?

TSI has the **expertise** to help.

Contact your TSI representative today to learn more.



剂组的随机双盲实验，试验样本为 85 位男性，247 位女性，实验组每天食用的是富含植物甾醇的低脂肪涂抹酱并且配合低剂量的 Omega-3 鱼油。

研究发现，在摄入植物甾醇一定的情况下，摄入的 Omega-3 和血液甘油三酯水平有非常明显的剂量关系。联合食用植物甾醇和低剂量的 Omega-3 鱼油降低甘油三酯的能力比大剂量摄入 Omega-3 鱼油还要明显。对这种联合效应的进一步研究可能会成为公众日益增高肥胖问题的潜在解决方案。

这项研究的一些结果对 Omega-3 产业带来了利好的支持，研究人员指出：“我们知道 Omega-3 近期在媒体上频频以负面形象出现，大家都在关心 Omega-3 对人体的不良影响。这些 Omega-3 对人体有不良影响的研究中，Omega-3 的日摄入量大都在 2-4g，远远大于人们每日的摄入量。而我们的研究发现，每日摄入 1g 左右的 Omega-3 就可以有效的减少甘油三酯的水平，同时也避免了大量摄入 Omega-3 的健康风险。”

So little.  So much.

Powerful Phospholipid EPA & DHA
Excellent User Experience
Smaller Dose, Easy Digestion

 **AkerBioMarine™**
Antarctic 

www.superbakrill.com

此次研究的结果也对营养医学产业的发展释放了积极的信号。联合利华的研究人员说：

“对从事功能性食品和营养医学产品的企业，特别是像联合利华这样的大企业来说，每一个健康声明的背后都有着科学实验数据的支撑。因为我们的产品直接面向消费者，所以我们会从人体实验获得可信的实验结果。这是功能性食品和营养医学产品获得社会和监管部门认可的不二法门。”

联合利华的工作人员还指出：“在市场推广阶段，我们会吸取教训，在得到一致的结果以后才会将产品推向市场，不让消费者在片面的研究或者数据上面思前想后，影响产品在市场上的信誉。” 现下，“营养医学”这个名词

的流行，使营养医学行业经常受到制药行业的白眼，药厂普遍认为营养品行业的标准太低，不能和药厂相提并论。可是这项课题的研究人员表示：“我们和医药行业没有可比性，他们关注的是治愈疾病，而我们的重点是预防。举个例子来说，他们的产品应用在心脏病发生之后，而我们的产品作用在疾病之前，目的是让消费者保持长久的心血管健康。我们关注的时间节点并不相同，因此两个行业并不存在所谓的水火不容。”

研究人员同时承认，现有的实验数据还比较单薄的，总体实验样本的数量较少，还未达到申请健康宣称的水平。但是联合利华会在全球进行更多的实验，收集数据，为下一步申请健康声称做准备。

消息来源：<http://www.nutraceuticalbusinessreview.com>

研究发现碧萝芷可以缓解普通感冒症状

缩短感冒病程

新研究发现一种法国松木提取物碧萝芷可以显著缩短普通感冒病程，并减轻诸如咽痛、头痛、咳嗽等感冒症状。这项随机对照研究在意大利

Chieti-Pescara 大学开展，包括 146 名年龄在 25 到 65 岁之间的参与者。他们身体健康，以往没有呼吸系统疾病，在过去三个月内没有接受过流感疫苗。出现感冒症状之后，70 个参与者每天两次服用 50mg 碧萝芷而另外 76 个参与者不服用作为对照。



通常普通感冒症状会持续 5 到 10 天，前 4 天最为严重。这次的研究结果表明服用碧萝芷可以缩短症状显著的病程时间（碧萝芷 3.1 天/对照组 4.2 天）；预防 4 天后的症状持续和并发症；显著改善咳嗽、流涕、发烧等感冒症状。碧萝芷的药效可能归因于其抗炎、抗水肿、抗氧化及促进血液循环的特性。目前尚无针对感冒的标准治疗方法，流行的 OTC 药物治疗包括阿司匹林、退烧药、止痛药、抗组胺药物等。这项最新的研究揭示碧萝芷作为一种天然有效的成分可以

用来治疗普通感冒，以避免使用 OTC 药物带来的副作用。

消息来源：<http://www.nutraceuticalbusinessreview.com>



健康的甜叶菊甜味素—潜力巨大

Mintel 全球食物科学分析的数据显示有益营养化合物的出现可以为我们带来既有功能学益处又无热量的甜叶菊甜味素。

Mintel 全球食物科学分析员 Laura-Daisy Jones 指出，多个跨国大公司如可口可乐、亨氏及立顿对甜叶菊的投资已显示出其在甜味素领域里的领导地位。根据 the Journal of Diabetes and its Complications 《糖尿病及其并发症杂志》2013 年三月的研究论文所述，甜菊醇不仅是一

种比蔗糖甜 300 倍的化合物，而且还富含抗氧化剂和抗生素特性的多酚。Shivanna 等人在文章中提到了“甜叶菊甜味素在巴西用于治疗糖尿病的历史以及其在数百年的时间里被证明安全有效的治疗特性”。

研究显示全叶甜叶菊能够在糖尿病大鼠体内减轻肝脏及肾脏损伤

研究团队在糖尿病大鼠体内研究甜叶菊的抗氧化、抗糖尿病及对肾脏的保护特性。研究结果显示甜叶菊在动物模型体内显著减轻肝脏及肾脏损害，降低血糖，提高肝脏的抗氧化水平。然而美国在 2008 年及欧洲在 2011 年批准的多种高度提炼甜叶菊提取物并不能成为有上述健康声称的功能食品或是营养品。全叶甜叶菊必须向 FDA 重新递交 GRAS（大众安全健康食品）申请。

FDA 尚未批准全叶甜叶菊的使用

FDA 尚未批准全叶甜叶菊作为食品添加剂使用，因为有相关文献报道该物质对于生殖系统、心血管系统及肾脏的影响。2009 年含甜叶菊甜味素的食物和饮品在亚太地区占到 64% 的份额，而 2013 年降至 37%；北美地区的份额从

11%升至 22%；欧洲的份额从 2%显著提高至 32%。

消费者认知---甜叶菊甜味素是否健康？

Mintel 全球食物科学分析数据显示由于担心人工甜味素的健康问题，英国软饮消费者数量减少了三分之一。2014 年 9 月，Mintel 在美国还针对 2000 名大于 18 岁的网民做了一项网络问卷调查。60%的人认为蜂蜜“有益健康”，10%的人选择白砂糖，22%选择龙舌兰花蜜，18%选择甜叶菊甜味素，14%选择果糖，5%分别选择三氯蔗糖、糖精和阿斯巴甜。公众认知确实影响了甜叶菊甜味素产品的市场。

消息来源：

大数据分析发现了与饮食相关疾病的蛛丝马迹

一篇新的回顾性文章总结了食物与饮品种类和一些主要的与饮食有关的疾病之间的相关性，研究者称这篇文章的数据为未来的研究起了个好头，对政策制定者来说，也是一个非常好的借鉴。

在经过对数百篇文献和分析的回顾后，研究人员发现了人群摄入食物和饮品的种类与饮食相关的慢性病的相关性 — 不仅确认了先前的研究结果，还有一些新的发现。这份发表在《营养回顾》杂志上的文章，汇集了 300 多个 Meta 分析的数据 — 发现素食人群罹患慢性饮食疾病的风险更低。在素食食谱的内部，谷物对抗慢性饮食疾病的能力优于水果和蔬菜。而在荤食食谱中，奶制品对慢性饮食疾病没有影响，常吃红肉和加工过的肉制品的人群罹患慢性饮食疾病的几率更高。



研究人员同时指出，此次的对比结果来源于对极端样本的比较。他们在文章最后写道：“平



GMP Services
注册服务

To learn more about NSF cGMP Services, [click here](#)
Experts in auditing, consulting, training and testing

欲了解更多服务信息请点击
审核、咨询、培训和测试专家团队

衡的膳食才是最健康的，我们绝不是提倡用素食代替肉食，而是说大量摄入红肉的人群应该限制他们的单一饮食，而总是素食的人群也应适当补充动物性的蛋白。”研究人员对慢性饮食相关疾病研究的现状表示担心，这个领域还没有前瞻性的研究：“这次的发现已经很令人兴奋，我们进一步确认了肉食和人群的增重、超重、肥胖的明显相关性，还发现肉食与糖尿病的关系其实并不显著。

更好的饮食建议？

这项研究将会让营养师更加有效地给出营养建议，而不是一些“想当然”的主观意愿。比如说这篇文章肯定了均衡饮食的健康功效，击碎了牛奶治病的谣言，将谷物对健康的重要性提到了蔬菜和水果之前。研究人员还肯定了茶和一些未经加工的植物性食品的益处。而建议进入限制食品清单的有：精细加工的燕麦、红肉、肉制品、鸡蛋、过热的茶、甜的软饮、腌制食品和发酵的豆制品。

消息来源：<http://www.nutraingredients.com>

医疗相关的保健食品前景广阔

Frost&Sullivan 公司预测到 2018 年全球医疗相关保健食品市场在亚太区的迅猛发展下将增长 30%



医疗保健食品是指那些不针对疾病，无需遵医嘱的营养补剂和功能性食品。医用保健品在美国和欧盟有着非常明确的定义和监管标准，而其他国家在这个方面依然很不成熟。

根据 Frost&Sullivan 公司的预测，去年全球医用保健食品的市场有 93.6 亿美元，到 2018 年这个数值将达到 134.4 亿美元。报告中将医疗保健食品进行了细分，分成危病护理和一般外伤食品市场，进一步分为肿瘤、糖尿病、代谢、消化道、免疫、心血管、肌肉、认知和神经系统疾病食品市场。

医疗保健的消费和公众健康意识的增强是医疗保健食品市场增长的主要推手，当然公众平均寿命的增长和一些疾病发病率的提高也扩大了医疗保健食品消费者的基数。越来越多的消费者认可了“食疗”作为医疗的辅助效果。报告指出：“糖尿病、肿瘤和代谢类疾病是医疗保健食品销售的主力，免疫及心血管疾病的医疗保健食品增速最快，发展潜力最为突出。”

公众的关注

医疗保健品市场上卖的比较好的产品都是重大疾病相关的，比如说癌症。而一些非致命的慢性病相关的保健食品，还没有受到公众应有的注

意。在一些发展中国家，医生也缺少对医疗保健食品的认识。所以说，只要医疗保健产业的厂商能搞有效地提高这部分公众对医疗保健品的关注，市场增长，指日可待。

消息来源：<http://www.nutraingredients.com/>

美中健康产品协会是由全球健康产业专家 Jeff Crowther 先生在美国创办的非营利性组织。协会成立的目标是促进中国天然健康产品行业的持续发展，帮助会员企业在中美两国的市场中开展业务。《健康周报》是一份免费发送的电子读物，主要向读者传播膳食补充剂产品和天然原料的信息，以及发布全球健康产品行业的服务动态。

了解更多协会服务和周报信息 请登陆我们的网站：<http://uschinahpa.org/>