



健康周报

第 18 期-2015 年 2 月 9 日

本期内容

绿茶可以对抗口腔癌细胞的生长

益生菌在控制血糖上有惊人效果

复合维生素可降低女性心血管疾病

风险

虫豆腐-由粉虫做成的食用豆腐

肠道菌群与大脑之间的联系



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

绿茶对抗口腔癌细胞



喝绿茶的益处可能不仅仅限于减肥

宾夕法尼亚州立大学近日在《分子营养和食物研究》杂志上发表了一项新的研究成果：绿茶有对抗口腔癌细胞并刺激健康细胞生长的作用。

这是绿茶在癌症领域的最新成果

在 2002 年的一篇研究中，研究人员就已经发现了绿茶和口腔癌症之间的相关性，并且针对绿茶中广泛存在的表没



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.



食子儿茶素-3-没食子酸酯 (EGCG) 进行了深入的研究。2002 年的研究团队将不同浓度的 EGCG 植入正常, 有粘膜白斑和确诊口腔癌症的实验组中。

EGCG 有针对癌细胞的杀伤能力 - 对健康细胞没有影响

2002 年的研究数据显示 EGCG 通过强化正常细胞的抵抗能力来对抗癌细胞的侵袭。但是, 他们也指出: “鉴于这个领域的人体实验数据还十分有限, 并不能下定论说绿茶可以预防口腔癌症的发生。但是根据现有的流行病学和动物模型的数据, 经常服用绿茶和摄入 EGCG 的人群, 口腔癌症的发病率要低一些。”

如何转化这些新的研究?

Lambert 博士说: “整个研究团队对后续的人体试验持积极的态度, 我个人相信绿茶会对预防口腔癌症的发生发展起到一定的作用, 也很有可能作为辅助药物被应用于口腔癌复发人群的放疗化疗治疗方案中。但是我并不看好绿茶会成为癌症的主要治疗药物。” 美国患有口腔癌的人群大

So little.  So much.

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

 **AkerBioMarine™**
Antarctic 

www.superbakrill.com

于 43000 人, 每年有约 8000 人死于口腔癌, 可是鉴于其特殊性, 患者只能寄托于对人体伤害较大的放化疗与手术结合的综合疗法。希望绿茶能够在一定程度上减少这些口腔癌症病人痛苦, 提高他们的生活质量。

消息来源: www.yahoo.com

片剂益生菌在控制血糖上有惊人效果

一种从人体大肠菌群中提取出的乳酸菌株经过部分基因改造后, 在糖尿病大鼠的动物实验中显示出了非常强的降血糖的能力, 部分血糖的下降程度高达 30%。

这个成果近日发表在《糖尿病学》杂志上，研究对象为一种经过基因改造的乳酸菌株。这个菌株可以分泌类胰高血糖素肽（GLP-1），从而对血糖进行调节干预。



康奈尔大学的 John 教授领导的研究团队开发了这一工程菌株，它的前体是一种常见的肠道细菌。March 教授说：“喂食分泌 GLP-1 益生菌的糖尿病小鼠的胰岛素水平明显高于对照组，更加令人惊喜的是，实验组大鼠的血糖耐受程度高于喂食未经改造的菌株的对照组。实验组的大鼠肠上部上皮细胞分泌胰岛素的能力较对照组多出 25%到 33%。”

这些最新的研究数据使我们加深了对糖尿病的了解，将一种治疗糖尿病的方法推到了产业化的前沿，将用益生菌药片来治疗糖尿病变成了可能。这项技术已经被一家瑞士公司注册，并开始了将其开发成药物的人体试验。

研究详情

March 和研究团队首先改造了一株肠道常见乳酸杆菌，使其具有了稳定表达 GLP-1 的能力，GLP-1 已经被证实可以刺激大鼠和人类肠道上皮细胞成为分泌胰岛素的细胞。然后给这些大鼠喂食可以分泌 GLP-1 的益生菌株，对照组喂食原有的肠道乳酸菌，实验周期为 90 天。

研究团队发现，实验组的大鼠高血糖的比率比对照组少 30%，而且发现肠道上端上皮细胞有转化成为类胰岛素细胞的现象 – 胰岛素细胞被认为是人体血糖的监测细胞，在必要时分泌胰岛素来维持血糖的平衡。

March 教授解释说：“这可能是健康机体调节血糖的一种机制。我们还发现，服用益生菌的实验组和健康大鼠餐后降低血糖的所需时间无明显差别。这可能要打破我们传统的科学观念，调控血糖的中心可能不是只胰腺，肠道上部也可能发展成为另一个中心。”

虽然喂食益生菌的糖尿病小鼠的肠胰岛素分泌能力与健康的胰腺相当，但是研究团队并未在

喂食益生菌片的健康小鼠上发现血糖浓度的明显变化。March 教授在文章的结论部分指出：“如果胰岛已经能够控制机体的血糖，那就意味着不需要另外的分泌。我们会进一步提高摄入血糖的上限，看益生菌是否会使肠道产生类胰岛的细胞。”

消息来源：www.foodnavigator-asia.com

多种维生素可以降低女性心血管疾病风险

Supplement Facts			
Serving Size: 2 Capsules • Servings Per Container: 30			
Amount Per Serving	% DV	Amount Per Serving	% DV
Betadene®	158 mg †	Iodine (as Potassium Iodide)	150 mcg 100%
Providing:		Magnesium (as Magnesium Citrate, Alpha Ketoglutarate, & Oxide)	150 mg 38%
Vitamin A (as Alpha-Carotene & Beta-Carotene)	12,500 IU 250%	Zinc (as Zinc Amino Acid Chelate)	10 mg 67%
Lutein	49 mcg †	Selenium (as L-Selenomethionine)	200 mcg 286%
Zeaxanthin	49 mcg †	Copper (as Copper Gluconate)	2 mg 100%
Cryptoxanthin	98 mcg †	Manganese (as Manganese Citrate)	2 mg 100%
Vitamin C (as Ascorbyl Palmitate & Ascorbic Acid)	100 mg 167%	Chromium (as Chromium Picolinate)	200 mcg 167%
Vitamin D (as Ergocalciferol)	200 IU 50%	Molybdenum (as Molybdenum Chelate)	75 mcg 100%
Vitamin E (as d-Alpha Tocopherol Acetate)	200 IU 667%	Potassium (as Potassium Aspartate, Alpha Ketoglutarate, & Citrate)	99 mg 3%
Thiamine (Vitamin B1)	50 mg 3333%	Alpha Lipoic Acid	5 mg †
Riboflavin (Vitamin B2)	50 mg 2941%	L-Carnipure® (L-Carnitine Magnesium Citrate)	100 mg †
Niacinamide	50 mg 250%	Choline	50 mg †
Pyridoxine HCL (Vitamin B6)	50 mg 2500%	Inositol	50 mg †
Folic Acid	800 mcg 200%	Quercetin	10 mg †
Vitamin B12 (as Methylcobalamin)	8 mcg 100%	Grapeseed Extract 95%	5 mg †
Biotin	300 mcg 100%	PABA (Para Aminobenzoic Acid)	25 mg †
Pantothenic Acid	50 mg 500%	Lycopene	3 mg †
Calcium (as Calcium Citrate & Bisglycinate)	100 mg 10%	Boron (as Boron Citrate)	2 mg †

† Daily Value not established

美国国家公共电台 (NPR) 最近播放了一项新的研究成果，长时间服用复合维生素的女性会降低罹患心血管疾病死亡的概率，不过这并不适用于广大男性同胞。

研究跟踪了 9000 多名超过 40 岁的成年人，项目组从 1988 年到 1994 年间开始收集起始的数据。20 年后，他们回访了这些目标人群

发现：服用复合维生素超过三年的女性患心血管疾病死亡的比率明显低于那些没有服用复合维生素的人群。研究人员还表示，他们是综合了年龄，种族，教育状况，体重常数，饮酒水平，服用阿司匹林的量，胆固醇水平，血压和血糖浓度等变量后特出的这一结论。

就算研究者一再强调他们尽力摒除了其他变量对于最后数据的影响，NPR 的听众还是不禁产生这样的疑问：“是健康的生活习惯，而非复合维生素的摄入产生了这样的结果？”

Tufts 大学营养系的专家 Blumberg 博士认为，复合维生素确实有益于国民营养健康。鉴于我们现在的水果摄入量，确实应该多多摄入复合维生素片：根据 2012 年的数据调查，我们常规应该每天摄入 9 份水果，而现在大众的摄入量却只有一份。Blumberg 博士说：“我们应该选择和摄入更加均衡的饮食，但是，直接在政策层面上推荐健康状况各异的大众人群服用复合维生素又会显得有些偏激。”

爷们儿们靠边站？

先前有一项样本量 27658 的复合维生素的研究发现，坚持服用复合维生素十年的男性在癌症的发病率上要低于对照组，而女性则没有明显区别。这一结果在多项长时间的科赫研究中得到了证实。

研究还发现，没有癌症家族病史的小孩服用复合维生素效果会更好，而有家族病史的小孩不服用复合维生素在疾病风险率上并没有明显区别。还有就睡癌症家族病史的男性服用复合维生素的预防效果会更好。所以说复合维生素只对女性有特殊作用的说法并非定论。

先前的维生素的研究大多都只选取一种营养素进行，包括常规维生素和鱼油以及益生菌。而这种复合维生素的研究在科学领域还是个新兴事物，现在的实验成果很是令人惊喜，希望这会打开一个复合维生素研究的新领域。

消息来源：www.newhope360.com

虫豆腐-完全由粉虫做成的食用豆腐

笔者对于这种虫豆腐的心情可以用未曾亲见，心向往之来形容。康奈尔大学的一个研究生团队发明了一种类豆腐的产品，原料全部来源于粉虫（谷类常见甲虫的幼体）。这种产品因其外观类似于我们常吃的豆腐，而主要原料又是昆虫幼体而被命名为虫豆腐。

和其他的昆虫制品相同，虫豆腐旨在发明一种类似于肉类但是环境压力更小的蛋白来源。相较于大型哺乳动物，由昆虫生产的单位重量的蛋白质所需的土地和食物更少，也不会排放那么多的温室气体。一个来自博客的数据估计，罗德岛如果用来养殖粉虫幼虫的话可以满足 20 亿人的食物需求。

研究人员还在博客上贴出了用虫豆腐做出的菜肴，并附上了试吃的视频，吃过的人表示：

“味道很不错，像是硬度比较大的豆腐。”



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

在制作虫豆腐的过程中，康奈尔大学的研究团队发明了一种从虫体分离蛋白并使其成形的办法。虽然一磅虫豆腐需要 10000 只粉虫幼虫，单位重量的虫豆腐含蛋白质与鸡蛋相当，远远大于传统豆腐。并且，虫豆腐富含 Omega-3 和 6 脂肪酸。总而言之，虫豆腐是一种提供蛋白质的同时也可以降低心血管疾病的食物。

下个月，研究团队将携虫豆腐参加一个食物展览，为虫豆腐进入超市市场筹集资金。

消息来源：www.popsci.com

肠道菌群与大脑之间的联系

西部天然食品博览会的演讲人 David 博士是脑部紊乱整体治疗法领域最知名的专家之一。他出版于 2013 年的《谷物大脑：关于谷物、碳水化合物和糖的真相》跻身国际畅销书行列，后续的《肠道微生物在保护你的大脑》也将在今年四月份上市。David 博士在一次采访中回答了一些大家关心的问题：

为什么肠道菌群可以影响神经系统？

肠道菌群有多种机制与神经系统联系起来。肠道菌群可以产生可以调控大脑的神经递质，并且肠道菌群在代谢和能量利用与机体每一个细胞息息相关。更重要的是，肠道菌群对维持肠壁的完整性也至关重要。肠道菌群出现异常会导致肠壁的溃疡，进而引发炎症，而释放的炎症分子已经证明与一些神经性疾病有关。换句话说，肠道菌群的健康会增强机体的免疫系统，而其在代谢吸收上的作用对维持神经细胞的健康也极为关键，综合来说，肠道的失衡会给神经细胞营造一个不佳的环境。

你认为大众关心你的研究的原因是什么？

我认为大众现在已经意识到了传统医学疗法在神经疾病上的不足，对于常见的重度精神疾病，如阿兹海默症，痴呆，抑郁症和多发性系统硬化等都无法从传统医学渠道得到有效治疗。近些年对于肠道菌群的研究使大众看到了肠道菌群的健康影响，很自然的顺应科学的发展，将二者联系了起来。

很多人质疑你的理论并没有实际的数据支持，你如何回应？

《谷物大脑》是我在查阅了 2000 多篇科学文献后带给大家的作品，而且其中以饮食来改善阿兹海默病人的症状的建议也是源自加州大学洛杉矶分校的研究成果。我认为，保持著作的严谨非常重要，我的书一贯秉承与科学前沿相一致的原则，客观的给出我的建议。

你认为保健食品销售商应该如何满足消费者在这个领域的需求？

我们对于益生菌和益生元的认识才刚刚开始。我相信今后会有越来越多生物工程的产物出

现在这一领域，会使我们的饮食和健康更加均衡，也会推动我们饮食习惯的改变。

消息来源：www.newhope360.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/>