



健康周报

第 22 期-2015 年 5 月 25 日

本期内容

2015 中国国际益生菌暨
Omega-3s 产业峰会

维生素 C - 基因型的差异

维生素 B12 缺乏会增加素食者
疾病风险

食品行业发展的四个趋势

重新审视耐力型运动产品



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

2015 中国国际益生菌暨 Omega-3s 产业峰会

益生菌和 Omega-3s 一直是全球膳食补充剂领域的重要组成部分，但这两个产业在中国发展面临着产品单一、增速平平的困境。中国膳食补充剂过于严苛的法规环境，限制了产品的创新，也影响了对这两个产业资金的投入和其市场的拓展。

美中健康产品协会期望通过此次中国国际益生菌暨 Omega-3s 产业峰会来促进两大支柱产品在中国市场的发展，对已经身处这两个行业的伙伴，希望大家互通有无，分享有价值的商业信息，共同引领行业发展的风向。会议将于 2015 年 6 月 23 日，FIAsia/CPH/HPC 展览的前一天，在上海豫园万丽酒店举行。

我们的合作的伙伴有：



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.



中国医师协会营养医师分会

中卫国健技术有限公司

欧睿信息咨询公司

杭州华测瑞欧科技有限公司

全球 EPA 及 DHA ω -3 组织



国际益生菌联合会



数十家来自于国内外的原料生产及终产品制造厂商会出席此次会议，将是大家拓展社交网络，寻找潜在商业伙伴的绝佳机会。此次会议的主要议题有：

益生菌及 Omega-3 的全球市场趋势

产品申报和注册的相关法规介绍

新《食品安全法》的解读以及对膳食补充剂行业的影响

中国快速增长的跨境电商平台

最新的益生菌和 Omega-3s 的研究动态

So little.  So much.

Powerful Phospholipid EPA & DHA

Excellent User Experience

Smaller Dose, Easy Digestion



www.superbakrill.com

会议结束后，我们将在豫园万丽酒店 21 层举办鸡尾酒会，届时您将有机会一览豫园附近的历史情怀和上海美丽的夜景。期待能与您在上海见面。我们的公众账号会持续更新会议信息，您也可以点击 [会议详情](#) 了解

会议联系人：张华鹏 Ben Zhang

邮箱：zhang@uschinaipa.org

电话：+8618513816458

维生素 C - 基因型的差异

在学术领域，很难出现让人眼前一亮的文章。大多数研究更倾向于细节，比如说通路或者过程。就像是建造公路，大家都会尽力去弥补道路原先的不足，很少有人会选择一条新的道路走起。今天介绍的文章，就选择了一个独特的视角。



Kobylecki 和同事在对数万样本的数据进行分析后，发现血浆维生素 C 的水平在改变心血管疾病的风险上可以达到和降低摄入甘油三酯一样的健康效果（[文献 1](#)）。



从笔者的经验来看，媒体和大众并不会对这篇文章太过感冒。毕竟，FDA 很多年以前就已经认可了蔬菜和水果对于癌症和冠心病的健康功效。几乎每个人都知道要多吃水果和蔬菜。这篇文章的新意在于研究者将样本按照 Na-维他命 C 转运蛋白的不同进行了分类，他们发现 GG 基因型的群体血浆维生素 C 含量比 AA 基因型的群体高出 25%，而且这个数值是在剔除了自行上报的误差后得出的。这项研究的意义在于，传统的依靠记录饮食和膳食补充剂来评估健康状况的方法，越来越不准确了。因为基因型的不同，摄

入相同的食物的人群在健康状况上也会产生很大差别。今后健康评估的趋势会是一个集合了饮食、遗传和身体各项指标的综合评估。

另一个研究和 Kobylecki 的结论一致，他们选取了一组样本，其中 6% 的人群有着维生素 C 缺乏症，在补充维生素 C 后，这个人群心血管疾病的发病率降低了 26%。（[文献 2](#)）

说这篇文章对我们的意义在于，在关注健康时，我们应该开始关注个体的特异性。当然，现在来说，为了补充维生素 C 就去做个基因测试有点小题大作。但是当你吃了很多水果之后，血浆维生素 C 依然处于比较低的水平时，你可能需要考虑基因型的差异了。

消息来源：<http://www.dsm.com>

维生素 B12 缺乏会增加素食者疾病风险

过去三十年，大众一直在接受减少胆固醇、饱和以及反式脂肪酸的摄入的教育，具体表现就是减少红肉，奶制品和蛋类的摄入。现在大众基

本接受了素食者中更为健康的结论，但是这个结论也许并非完全正确。

因为植物类的食物不含维生素 B12，除非有额外膳食补充，素食者可能会有维生素 B12 的缺乏。素食者确实在心血管疾病上的标志物水平上要低于非素食者，但是，研究发现，维生素 B12 的缺乏的负面影响可能会更大。（[文献 1](#)）对于素食者，想要达到最佳的健康状况，需要服用额外的维生素 B12。



对新西兰素食者的研究发现（[文献二](#)），四分之一的素食者有维生素 B12 缺乏的现象，35% 的人群处在缺乏的边界值。在非素食者群体几乎没有发现维生素 B12 的缺乏。

维生素 B12 缺乏会导致易疲劳、虚弱、便秘、食欲不佳、体重下降、贫血和对神经系统的伤害。还会有记忆减退、抑郁和一些精神状态的变化。

编者按：关于维生素 B12 只在动物蛋白中的观点已经有些过时，一些植物，如海菜、螺旋藻及发酵的豆类食物，含有高剂量的维生素 B12 类似物，不过这些食物能否直接成为活性维生素 B12 被人体吸收，还有待确认。还有研究发现，人体肠道微生物群也可以产生一部分维生素 B12。不论怎样，统计学的研究发现了素食者有比较高的维生素 B12 缺乏，所以，建议素食者能够适当补充，达到最佳的身体状态。

消息来源：<http://www.dsm.com/>

食品行业发展的四个趋势

2014 年《Packaged Facts》报告的数据显示，有 44% 的成年人知道自己的需要控制摄入的食物、过敏食物和常规饮食中他们会避免摄入的食物。其中三分之一的人在进行少糖的饮食，四分之一会选择避免高蛋白的饮食，还有 6.5% 则在避免摄入乳糖。



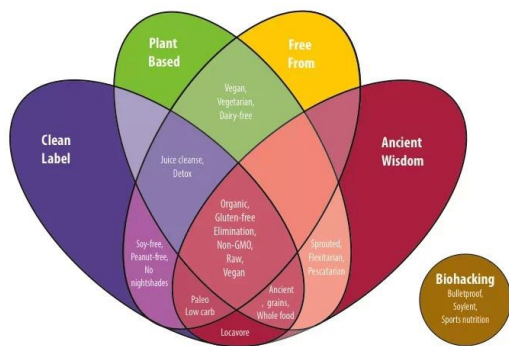
GMP Services
注册服务

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

这些数据的意义在于，人们不再盲目把减肥作为激励自己的目标，细化的数据表明，人们正在不可避免的进入一种新的生活方式，这种生活方式和社交圈、社交网络紧密相连。三分之一的成年人选择了无麸质的饮食，百万富翁里有十分之一是素食主义者，还有三百万人选择了古法的饮食方式。

这种根据食物不同而产生的人群的划分虽然不是一个崭新的话题，这几乎是人类的一个本能，从古代我们就有对于食物的崇拜。当下的这种趋势我们可以称之为“饮食部落”，这种特定饮食人群的集合的现象，需要得到食品生厂商和经销商的重视。



上面的这张图摘自《2015 NBJ Special Diets Report》。报告划分了五个主要的“饮食部落”：无麸质饮食、古法饮食、素食、生

食和新科技饮食。然后按照我们现在的食品发展的趋势对他们进行了交叉，四个趋势是简洁标签、植物源食物、古法食物和自由饮食。在中心的产品是所有群体都会选择的（有机食品、无麸质食品、非转基因等），越是边缘的产品，受众就越少，但是相对来说，这些商品的价格会更高。调查数据还显示，这种“饮食部落”会有很明显的地域差别。

对于“饮食部落”的研究才刚刚起步，现有的数据还无法回答很多因素对这个模型的影响。但是这方面的研究对于生产商来说至关重要，毕竟，商机总是会倾向于那些清楚自己的消费群体和他们消费需求的品牌。

消息来源：<http://newhope360.com>

重新审视耐力型运动产品

近些年，美国大众在重拾对运动的热情。根据美国户外运动协会的统计，2010年到2013年美国参加铁人三项 - 2.4 英里游泳，112 英里自行车骑行，26.2 英里跑步 比赛的人数增加了 25%。

除了增长的铁人三项的参加人数，Running USA 的数据显示，2013 年有一百九十万完成了半程马拉松，五十四万人完成了全程。面对这些增长的耐力型消费者，生产商一般会推出一些加工过的高糖的饮品和食物，针对运动前后可能会有些细小的差别。



市场消费状况的反馈是，越来越多的消费者开始关注未经加工或者加工过程简单的全营养、耐力型产品。特别是这些产品对于肠道的影响，而且消费者的需求不再是简单的补充能量，还希望这些产品可以增强他们的运动表现。专业运动员

也开始倾向于这些新型的耐力型产品，因为它们有着更好的口感，更低的肠道不适反应，更重要的是，他们可以更好的补充运动过程中失去的水分。全食物、低加工的产品正在影响着这一行业，传统和新兴的品牌都在试着向这个方向调整他们的配方。举例来说，有公司研发了地瓜、海盐 and 芝士组合的食物，还有供运动后使用的成袋的素食组合包产品。

虽然现在这些新兴的耐力性产品的主要受众还仅限于专业运动员。但是，当运动成为一种习惯，那些热爱运动，以运动为乐的消费者才是产品最终的归宿。

消息来源：<http://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/>