菌在人肠道内可抑制病原菌和腐败菌的生长,预防肠道功能紊乱和感染,促进肠道蠕动,减少有害物质的潴留,增强 B 族维生素和氨基酸的合成,因而壳聚糖在人体内有助消化的功能。

壳聚糖的减肥作用 大冢贤龙和万邦和等在人的膳食中分别添加等量的纤维素和壳聚糖,检验粪便并对两者进行比较,结果表明,食用壳聚糖增加了脂质的排出量。壳聚糖在消化道中阻碍脂肪的吸收,并将其排出体外,显然这将导致人体血脂的降低。[3,4]此外,壳聚糖还可直接降低人体胆固醇,是降血脂的又一因素。食物中的胆固醇在体内胆固醇酶的作用下转化为胆固醇酯,才能在肠道中被吸收,但这一过程必须在胆酸的参与下才能实现。壳聚糖在肠道中很容易和胆酸结合,使胆固醇失去转化进而被吸收的条件,而被排出体外。不仅如此,由于胆酸被壳聚糖结合,致使胆囊中胆酸量的减少从而刺激肝脏增加胆酸的分泌,而胆酸是由肝脏中胆固醇转化而来的,这一过程又消耗了肝脏中以及血液中的胆固醇,最终导致了减肥的功效。

国外许多资料表明,壳聚糖为一种食物纤维,与其它食物纤维一样,不能被人的胃肠消化、吸收。此外,壳聚糖的基本构架为葡糖胺,在乳、蛋、肝、酵母、糖蜜中都大量存在,无毒性。[5,6]

综上所述,可知壳聚糖是安全性极高的可食性动物纤维。是当前保健食品中功能较全面的产品。

参考文献:

[1] 王蕾. 人体必须的第六大生命要素《救多善》[Z]. 几丁质、几丁聚糖专辑,1996,22—27.

[2] 魏涛,等. 壳聚糖降脂、降糖、增强免疫作用的研究[C]. 中国甲壳质资源研究开发应用研讨会论文集(下),1997,1—4.

[3] 大冢贤龙. 几丁聚糖、救多善的药理作用和功能[Z]. 几丁质、几丁聚糖专辑,1996,32—33.

[4] 万邦和,等. 壳聚糖保健功能的研究[C]. 中国甲壳质资源研究开发应用研讨会论文集(上),1997,34—41.

[5] 周秀芹. 国外保健食品的研究与发展方向[J]. 中国保健食品,1996,(6):22.

[6] 尤夫,等. 日本流行的新颖食品[J]. 中国食品信息,1989,(9):29.

[7] 齐文. 开发甲壳质前景可观[J]. 中国保健食品,1996,(5):20.

中图分类号:R15;TS218 **文献标识码**:E **文章编号**:1004-8456(2001)03-0038-02

2000 年日本健康食品使用的新原料

植物固醇 其主要成分是谷固醇、豆固醇和油菜籽固醇等,通常以混合状态存在于一般食品中,如 100/g 内含量较多的有芝麻、花生、黄豆等种子和豆类。这些油料种子榨油后的残渣即是植物固醇的原料。日本已开发利用植物固醇可降低血液中的胆固醇、改善前列腺肥大、抗炎症、抑制前列腺素合成等生理机能的功能性食品。

蔓越莓 是继蓝莓和石榴之后的重要植物,是生长于北美州寒冷地区的红色小果实,含有利尿活性成分,含奎尼酸、维生素、矿物质、有机酸、红色成分色素等多酚类。

印度参 印度人用以滋养强壮、强精、缓和风湿症的传统草药,现代研究表明此草药具有增强抵抗力、抗心理压力、改善脑机能、抗炎症等作用。

菲律宾药用植物 Sanbon 菲律宾政府认定该草药具有利尿、抗忧郁性心功能不全,是菲律宾要用植物之一。

海豹油 目前加拿大政府认定下只在加拿大生产,含 DPA、DHA、EPA,尤其 DPA 含量很高,具有抗动脉硬化作用,还有改善过剩性皮炎的功能。

红苜蓿 豆科植物,原产地欧洲,其所含异黄酮除有黄豆苷、金黄异黄苷等成分外还含有芒丙花苷等黄豆所具备的成分,可缓解妇女更年期综合症;此外,还正在进行其抗癌性能的临床研究。

(摘自全国轻工信息周刊)

© 1994-2010 China Academic Journal Electronic Publishing House. All rights reserved. http://www.cnki.net