

奇异果有助提高人体免疫力

奇异果又名猕猴桃，是人们熟知的富含多种营养成分的水果。上海交通大学医学院营养系教授蔡美琴在日前举行的北京市营养学会第四届理事会暨膳食与健康研讨会上，介绍了新西兰基督城奥塔哥大学的研究人员有关奇异果营养研究的最新进展。研究表明，奇异果中富含的天然维生素C能有效改善和提升人体免疫力，促进人体健康，是极好的提高免疫力的营养素。

动物实验表明，天然维生素C的利用率大大高于人工合成维生素C，奇异果中富含的天然维生素C是人体维生素C的重要来源。中国药品生物制品鉴定所裴新荣博士在研讨会上报告的《奇异果对术后病人免疫功能影响的研究》显示，通过测定血清中免疫球蛋白和C3和C4的含量，发现奇异果可有效提高手术后的体液免疫水平，表明奇异果对机体体液免疫具有促进作用；同时通过对机体重要免疫活性细胞T淋巴细胞亚群进行百分比测定，显示奇异果对细胞免疫功能也有良好的调节作用。蔡美琴说，维生素C对健康的影响越来越显著和重要，如维生素C参与了细胞的生长与运行、葡萄糖新陈代谢等，但人体组织中维生素C会快速消耗，因此需要天天补充。（潘锋）

《科学时报》 (2010-10-27 A4 国际)

[打印](#) [发E-mail给:](#) [GO](#)

以下评论只代表网友个人观点，不代表科学网观点。

2010-10-29 11:13:30 匿名 IP:10.75.76.*

why LS write in English?

[\[回复\]](#)

2010-10-27 20:28:21 匿名 IP:61.149.131.*

ask baidu

[\[回复\]](#)

2010-10-27 14:02:03 匿名 IP:203.67.113.*

can you tell me what's the difference of nature and artificial Vc?

[\[回复\]](#)

目前已有3条评论

[查看所有评论](#)

读后感言:

验证码: