



保健佳果话木瓜

<http://www.firstlight.cn> 2010-07-12

木瓜亦称番木瓜、万寿果、乳瓜，原产于热带美洲；其具有甘、酸、温之性味功能。广西产木瓜，系广西特产的一种热带水果。在夏、秋季节可采收成熟的木瓜果实，全年可采摘木瓜叶子。木瓜成熟时，果大呈长圆形，外观呈黄色，香甜美观，惹人喜爱，因而有营养丰富的药食保健之佳果、果之珍品等之美誉。

有资料表明，木瓜既是一种含有丰富营养的水果，又是一种具有美容护肤养颜保健功效的佳品和哺乳期妇女催乳增乳的传统食品，同时更是一种具有防治高血压、肾炎、便秘、胃病和抗衰老功效的中药材；木瓜果实和种子以及叶子均可入药，其种子中含有脂肪油，叶子中含有木瓜碱、番木瓜甙和胆碱等。此外，木瓜富含人体所需的木瓜酵素、木瓜蛋白酶、凝乳蛋白酶、果糖、胡萝卜素、铁、钙、磷和维生素等多种营养元素及17种以上的氨基酸，营养高，易吸收；木瓜中不仅含有对人体有促进消化和抗衰老作用的木瓜酶和特有的对人体能清心润肺、治胃病的木瓜酵素，而且还含有一种具有抗肿瘤功效的木瓜碱。此外，木瓜果实，生吃或熟食均可，亦可加工制成木瓜糖、果酱、果脯、饮品和罐头等时尚的食品。

据信息显示，现已有从未成熟的木瓜果实中提炼纯天然生物酶制品——木瓜蛋白酶的生物技术，所产的此种酶系淡黄色或白色性状的固体粉末（亦称木瓜粉），除应用于医药工业木瓜润喉片和木瓜肠溶片（胶囊）以及木瓜含片之类药物的生产和医疗临床外，还广泛适用于食品工业的肉、豆、酒和面以及调料等类食品的生产加工。

近年来有科研报道说：木瓜蛋白酶可用于癌症放化疗的辅助性治疗。另有科研信息显示，有一种医药分离纯化科研技术，已成功地从木瓜蛋白酶粗品中分离纯化出了一种木瓜凝乳蛋白酶；其具有凝乳和蛋白水解能力，在治疗骨质增生、腰椎间盘突出症、肿瘤的辅助治疗、Rh血型鉴定、抗炎治疗、细胞分离等方面有非常重要的用途。

由此可见，木瓜不仅是一种营养丰富的美食，而且也是一种具有很高药用价值的中药材。

[存档文本](#)