

研究发现：任意补充维生素E可能有害健康

维生素E是人体必需的营养物质，许多人经常服用维生素E补充剂。但一项最新科研成果显示，任意使用维生素E对身体不仅无益，而且可能有害。

以色列特拉维夫大学研究人员在美国新一期《动脉硬化、血栓与血管生物学》(Arteriosclerosis, Thrombosis and Vascular Biology)杂志上发表研究报告说，他们对来自美国、欧洲和以色列的约30万人进行跟踪调查，将服用维生素E的人和不服用维生素E的人进行对比。结果发现，前者的“质量调整生命年”比后者少近4个月。所谓“质量调整生命年”是将不同生活质量的生存年数换算成相当于完全健康的生存年数，是一个用以评价治疗和保健所带来生命质量和数量改变程度的概念。

不过，研究人员指出，这并非意味着每个服用维生素E补充剂的人都会少活4个月。

此前也有研究发现，维生素E补充剂不但没有预防某些疾病的作用，而且可能和降胆固醇药相冲突。研究人员说，如果能从食物中摄取足量的维生素E，服药补充毫无必要。

[更多阅读](#)

[《动脉硬化、血栓与血管生物学》发表论文摘要（英文）](#)

特别声明：本文转载仅仅是出于传播信息的需要，并不意味着代表本网站观点或证实其内容的真实性；如其他媒体、网站或个人从本网站转载使用，须保留本网站注明的“来源”，并自负版权等法律责任；作者如果不希望被转载或者联系转载稿费等事宜，请与我们联系。

[打印](#) [发E-mail给：](#)



以下评论只代表网友个人观点，不代表科学网观点。

2010-1-4 19:40:09 nm9917 IP:

我每天吃一片Vc，3块钱一瓶100片那种，不知道有害没

[\[回复\]](#)

[查看所有评论](#)

读后感言：

验证码：

[相关新闻](#)

[相关论文](#)

- 1 《细胞—干细胞》：维生素C加速诱导多能干细胞
- 2 研究发现：缺乏维生素D可能引发心血管疾病
- 3 动物实验显示维生素C缺乏可能损害脑发育
- 4 我国中老年人维生素D严重缺乏
- 5 美研究发现孕妇缺维生素D易患细菌性阴道病
- 6 美研究称：青少年缺乏维生素D易患高血压等疾病
- 7 JCEM：缺乏维生素D易导致妇女肥胖
- 8 《内科学文献》：女性长期服用复合维生素不能防癌

[图片新闻](#)



[>>更多](#)

[一周新闻排行](#)

[一周新闻评论排行](#)

- 1 清华大学实验室发生意外 一名教师三名学生烫伤
- 2 中科院颁发年度优博论文、院长奖、优秀导师奖等奖项
- 3 井冈山大学处理钟华和刘涛学术造假行为
- 4 教育部公布09年度立项建设重点实验室名单
- 5 《自然》评出2009年度图片
- 6 北京科技大学一大二女生杀死同班女生后自首
- 7 北师大博导周流溪投师四川大学赵振铎门下攻读博士
- 8 黑龙江大学教授5年在国际期刊发表279篇论文遭质疑
- 9 钱永健：一个成功的科学家必出于一个开放的社会
- 10 2009年度“中国化学会青年化学奖”揭晓

[更多>>](#)

[编辑部推荐博文](#)

- 关于理解诗歌的一段记忆
- 大学精神啊，我们都在喊你2010年回家
- 婚姻当然不是建立在爱情基础上
- 井冈山，论文造假，和发表费用
- 研究员是个什么“员”？
- 一点科研的思考

[更多>>](#)

[论坛推荐](#)

- 寄语2010，本站新增许愿墙
- 2009岁末大盘点（有奖）
- 物种起源 免费word
- MIT开放课件《无机化学中的物理方法》

▪ 《博士后与科研新手指南》（中文版+英文版）

▪ Theory of Elasticity (弹性理论, 朗道 (Landau) 等著)

[更多>>](#)