



您现在所处位置：首页>> 科技动态

科技动态

澳大利亚科学家最新发现：抗性淀粉有助于预防肠癌

发表于：【 2012-6-7】

澳大利亚联邦科工组织CSIRO的科学家最新发现，摄入抗性淀粉有益于肠道健康，并能预防诱发肠癌的基因损伤。

肠癌是最常见的恶性肿瘤之一。以往的科学研究认为，饮食结构中纤维摄入量较少是西方人肠癌发病率较高的原因。然而与之相悖的是，尽管澳大利亚人平均每天摄入的纤维数量高过其他西方国家，肠癌仍然在澳大利亚所有肿瘤发病率中排名第二，平均每天新增三十位澳大利亚人被发现患有肠癌。

澳大利亚联邦科工组织CSIRO的David Topping博士称以上现象为“澳大利亚悖论”。在未来食物旗舰计划（Food Futures Flagship）的支持下，联邦科工组织的科学家们发现，这一悖论的答案在于澳大利亚人没有摄入足够的抗性淀粉。Topping博士介绍，人体摄入纤维的数量固然重要，但纤维的多样性则更重要；膳食纤维有益于人体健康，而抗性淀粉对人体则更为有益。

同时，在联邦科工组织CSIRO健康预防旗舰计划（Preventative Health Flagship）的支持下，大肠癌研究专家Trevor Lockett博士发现，在饮食中增加抗性淀粉的量可以减少肠癌发病率。

研究结果显示，抗性淀粉的摄入量应该是每天20克左右，相当于每天吃3杯煮熟的扁豆，这比典型的西方饮食习惯中抗性淀粉的摄入量多出近四倍。

专家们认识到，目前从澳大利亚人习惯的饮食结构中很难满足每天20克抗性淀粉的摄入量，因此，他们正在培育抗性淀粉含量较高的小麦等经常食用的谷物品种，然后，通过加工谷物制作面包等食品，使澳大利亚人更容易地从饮食获得足够的抗性淀粉。

来源：科技部



三医院科研部

三医院科研部