

## 葡萄汁有助记忆力 葡萄皮葡萄籽更能抗衰老



先前研究证明，定期、适量饮用葡萄酒有益身体健康。但是，那些不喜欢喝酒的人怎么办呢？

美国一项最新研究证明，喝葡萄汁同样有益健康，有助减缓甚至防止记忆衰退。

研究人员说，葡萄皮和葡萄籽中的抗氧化物质多酚是其中的“秘密武器”。

### 果汁试验

美国辛辛那提大学研究人员找到12名75岁至80岁、有记忆力丧失早期症状的志愿者。

他们把这些志愿者分成2组，让其中一组人每天饮用产自马萨诸塞州康科德地区的100%纯葡萄汁，另外一组饮用安慰剂。

整个实验为期3个月。在这3个月中，研究人员定期给志愿者做测试，测验他们对表格或者物品顺序的记忆能力。结果显示，随着时间推移，饮用葡萄汁一组人的记忆水平呈上升趋势。

研究人员于12月8日在英国北约克郡召开的“多酚与健康国际会议”上公布这一研究成果。

### 有益老人

英国《每日邮报》当天引述研究负责人罗伯特·克里科里安的话报道：“随着研究开展，那些喝康科德葡萄汁的人记忆表格的能力有明显改善。这显示出，葡萄汁可以改善人们的短期记忆与空间记忆力。”

克里科里安说，通过喝康科德葡萄汁这样简单的方法就可以改善或者保护记忆力，这对老年人来说颇有裨益。

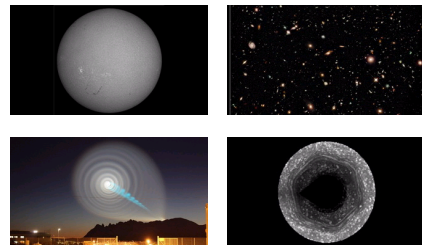
研究人员指出，葡萄汁中富含的抗氧化物质四倍于橙汁。由于它能保持血管弹性、降低血压，因此对心脏特别有好处。

### 相关新闻

- 1 英研究显示一些动物病菌源自人类
- 2 实验发现：白葡萄酒比红酒更易侵蚀牙齿珐琅质
- 3 美研究称：爆米花对健康有益
- 4 欧洲建国际纳米技术实验室 欲引领纳米技术研究
- 5 加拿大研究发现：葡萄柚或有助治疗糖尿病
- 6 一种杀菌化合物有望被用于对付“超级细菌”
- 7 世界最大太阳能光伏电站在葡萄牙投入使用
- 8 突变性葡萄糖激酶基因可有效治疗II型糖尿病

### 相关论文

### 图片新闻



[>>更多](#)

### 一周新闻排行

- 1 中国科学院增选35位新院士
- 2 新增院士名单公布 交叉学科发展处境尴尬
- 3 海归博士后孙爱武工作有着落 年薪50万待遇优越
- 4 周祖德等3名涉嫌舞弊候选人落选中科院院士
- 5 评论：院士“年轻化”的喜和忧
- 6 美国《国家地理》评出2009年十大自然发现
- 7 基金委通告2010年度科学基金项目申请相关事项
- 8 诺贝尔奖得主高锟将由妻子代为发表得奖演说
- 9 60个名额只选出35人 中科院院士增选空缺近半
- 10 25位科学家就“气候门”事件发表公开信

[更多>>](#)

### 一周新闻评论排行

### 编辑部推荐博文

- “斯隆风尚”与“苏步青效应”
- 《朝华午拾：创业之路》
- 创新=把发明派上用场
- 年味又闻何处来
- 样本和分布：复杂网络逃不掉
- 铂丝谈话录（二）——实验与汤碗

[更多>>](#)

### 论坛推荐

- 科学网诚聘版主（长期有效）
- wiley免费试用——材料类重要期刊均可全文下载
- 课题开题报告与研究方案的撰写方法
- SCI文章的写作与投稿（个人经验）
- 项目管理知识体系指南

康科德地区出产的葡萄是美国最知名的葡萄之一，年产量大约33.6万吨。

▪ 科研工作者如何做好简单事情？

[更多>>](#)

## 丰富多酚

之前曾有研究证明，葡萄皮和葡萄籽中含有丰富的抗氧化物质多酚，其抗衰老能力是维生素E的50倍，是维生素C的25倍，有助肌体保持年轻。

名模克劳迪娅·希弗每次在片场必备的三件“法宝”就是紫葡萄、西红柿汁和花草茶。

之前也有不少研究表明，经常喝水果蔬菜汁有助身体健康。

美国范德比尔特大学对2000人进行10年跟踪调查后发现，经常喝水果汁或蔬菜汁能够大幅度减少阿尔茨海默氏病的发病率。那些每周饮用至少三次水果汁或蔬菜汁的人，患这一疾病的比率比平均每周只饮用不到一次的人低76%。

## 更多阅读

[英国《每日邮报》相关报道（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。



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。

2009-12-10 16:03:35 匿名 IP:124.205.188.\*

看到这个广告，那些和葡萄行业有关的商人肯定又乐翻了！

[\[回复\]](#)

2009-12-10 14:24:06 匿名 IP:202.122.32.\*

国内的果农，请多开发果汁产品。卖水果价钱太低了！

[\[回复\]](#)

## 查看所有评论

读后感言：

验证码：