

来源：人民网 发布时间：2008-12-5 17:23:41

[小字号](#)[中字号](#)[大字号](#)

美研究称吃过多甜食可引发关节肿胀疼痛

甜食吃得太多，不仅容易导致肥胖，而且容易引发身体疼痛。据美国广播公司近日报道，科学家指出，一些食物会增加某些疼痛的发生率。其中，高甜食品会加重关节疼痛和肿胀。

纽约威尔科内尔大学的研究人员对患有风湿性关节炎的病人进行了试验观察。受试者被分成两组，一组每天吃6块奶糖，甜点不限量，另外一组则被限制甜点摄入量。这些人都服用同样的药物治疗关节疼痛。1个月以后，吃奶糖和甜点的一组人，有近一半疼痛症状没有改善，甚至痛感还有所增加。而不吃甜食的人，关节疼痛肿胀感明显降低。

研究人员表示，多糖饮食与炎症关系密切。如果甜食吃得太多，会使体内某些物质代谢失调，从而加重某些疼痛感。研究人员建议，要减少疼痛，最好从食谱中删除软饮料及其他糖类食物，如甜饼、糖果等。无论是糖果还是食物中的糖，都最好减少摄入量。

发E-mail给：

[打印](#) | [评论](#) | [论坛](#) | [博客](#)

读后感言：

相关新闻

美研究发现：常打太极拳可缓解关节痛
湘雅医院采用国际新术式 治愈先天性胫骨假关节
美国研究发现：关节炎与出生时体重有关
意大利成功进行世界首例肩关节移植
北大栗占国小组挑战类风湿关节炎“治本”难题
瑞典研究显示风湿性关节炎患者宜吃素
台大软硬度关节修复技术取得新突破
《白血球生物学杂志》：科学家发现金盐能治疗关节...

一周新闻排行

英媒体称NASA瞒报火星发现木头引争议
教授课上批评政府 女学生到公安局检举
北京科技报：中国学术期刊版面费调查
15人当选“改革开放三十年中国最有影响的海外专...
基金委将公布2009年度项目指南 申请书必须使...
08年国家科技学术著作出版基金资助项目公布
美《大众科学》杂志评出七大最有前途技术
《探索》杂志评出美国十大业余科学家