

植物甾醇—心臟健康的天然衛士

素裡的馬先生年近六十，身材瘦小沒病沒災，血壓不高，血脂和膽固醇正常，算得上相當健康。可是，去年的那一天，他突然覺得胸部像刀割樣疼痛，疼的直冒冷汗，頭暈目眩呼吸困難，被急送到醫院搶救。經診斷是突發冠心病。冠心病是一種由冠狀動脈狹窄或阻塞引起的心肌缺血缺氧（心絞痛）或心肌壞死（心肌梗塞）的心臟病。所謂冠狀動脈，就是環繞心臟供給血液的動脈，馬先生的心絞痛是由於一條冠狀動脈堵塞引起心肌缺血，如不及時搶救就有生命危險。醫生立即為他做了心臟搭橋手術，及時恢復心臟供血，才使他轉危為安。

可是令他擔心的是，檢查發現還有幾條冠狀動脈也有狹窄情況，這就像定時炸彈隨時可以爆發。醫生對於這些已經變的狹窄的冠狀動脈沒有什麼辦法。因為血管堵塞在 70% 以下，對人體沒有明顯的影響，所以即不能做心臟搭橋這樣的外科手術，也沒有效果顯著副作用低的西藥可以疏通血管。所以醫生建議他服用植物甾醇來預防冠狀動脈的進一步堵塞。

植物甾醇是一種和動物膽固醇結構相似的甾體化合物。堅果以及豆類胚芽中的含量最多。粗糧中植物甾醇的含量高於細糧。玉米油、芝麻油、米糠油、豆油、菜籽油等植物油也是植物甾醇的良好來源。研究證實，人們每天只要攝入 2 克植物甾醇，即可使心血管病的發病率降低 15%~25%。而過量攝入植物甾醇也不會對人體產生危害。美國食品藥品管理局早在 2000 年就做出決定：凡添加了植物甾醇的食品可使用“有益健康”的標誌。

最早發現植物甾醇的研究人員是從對雞群的實驗觀察中得到啟示的。當時，研究人員用含有高膽固醇的雞飼料喂雞，結果卻發現雞血中的膽固醇含量並未升高。他們經過對雞飼料進行反復的研究和檢測後發現，該飼料中含有一種能降低膽固醇的天然物質——植物甾醇。大量的臨床研究和流行病學調查均證明，植物甾醇可降低人體內總膽固醇和低密度脂蛋白膽固醇的水準，而對高密度脂蛋白膽固醇和甘油三酯的代謝沒有影響。眾所周知，總膽固醇和低密度脂蛋白膽固醇水準升高正是導致人們發生動脈粥樣硬化和心腦血管疾病的最大危險因素，所以低密度膽固醇也被稱為壞膽固醇。

馬先生的情況有些特殊。因為他的膽固醇水平並不高，為什麼還是發生堵塞呢？原來根據最近的科學發現，壞膽固醇還有一個顆粒大小的問題。真正堵塞血管的是小顆粒壞膽固醇。所以，雖然檢測出的壞膽固醇水平不高，但是如果小顆粒壞膽固醇的比例高，仍然會引起血管堵塞，導致冠心病的發生。馬先生嚴守醫囑，堅持每天不間斷服用植物甾醇，最近他做的檢查發現，冠狀動脈狹窄堵塞情況大大改善，王先生高興地說，本來以為服用植物甾醇只是一個沒有辦法的辦法，沒想到這麼一個簡單的“偏方”解決了大問題。

馬先生選用的植物甾醇是市場上熱銷的《清醇》降脂膠囊。清醇是加拿大康泰特藥業公司以現代科技工藝提取的高純度全天然植物甾醇為有效藥用成份，最大程度保證了產品的健康效果，沒有毒副作用。產品以加拿大 GMP 最高標準生產，其效果，安全性和質量都通過加拿大衛生部的嚴格審查認證（批文 NPN80024815）。