

[新聞總覽](#) | [關於台灣新生報](#) | [訂報](#) | [聯絡我們](#) | [繁⇌簡](#)

2010.4.22 (四)

新聞搜尋

[首頁](#) » [醫藥養生](#) » [醫藥聚焦](#)

鋅和紅麴搭配 有效改善大腦病變

【記者蘇湘雲／綜合外電報導】 2009/11/11

調整字級：[小](#) [中](#) [大](#) [特](#)

身體缺鋅元素可能影響記憶、學習能力。台大生化科技學系系主任潘子明、聖約翰科技大學全人教育中心教授王健行與目前正在攻讀博士的李保宏、何秉穎等首次研究發現，比起單純服用鋅補充劑，紅麴、鋅補充劑併用更能有效改善缺鋅引起的大腦病變，改善記憶、學習力。

這項發表於新一期農業領域最優秀國際期刊「農業與食品化學」(Journal of Agricultural and Food Chemistry) 研究的計畫主持人潘子明教授表示，由於紅麴米可有效提升大腦海馬迴及腦皮質抗氧化酵素活性，避免因缺鋅造成自由基，而產生氧化傷害，因此若要改善缺鋅引起的記憶喪失，以鋅搭配紅麴米效果可以加倍。

潘子明主任指出，當大腦海馬迴的鋅濃度減少時，記憶力、學習能力會隨之減弱；而紅麴米似乎能提升海馬迴的鋅含量，可能是因為紅麴米促進鋅元素吸收，也可能是紅麴米可調節海馬迴神經細胞，因而增加鋅元素濃度。

潘子明解釋，據動物研究，當老鼠食用鋅補充劑含量相當於60公斤成人每日攝食66毫克鋅含量，發現記憶力並未有顯著改善；但若兼食相當於成人每日攝食的10公克紅麴米，則可減緩缺鋅對記憶的傷害。