

癌症

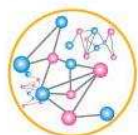
全球頭號殺手

相信人人聽到「癌症」兩字，均會不寒而慄。癌症除了帶來肉體上的痛苦，也為患者及親友的心理添加重大壓力。根據世界衛生組織於2008年發表的報告指出，全球每年死於癌症人數高達800萬！調查發現，本港男士每4人就有1人患上癌症，而5位女性中約有1人會患癌，癌症死亡人數亦每年持續上升。故此，必須及早認清癌症危機，預防癌症侵襲。

癌症的先兆

癌症的殺傷力在於發病初期並沒有明顯徵兆，往往到發病後期才確診，令治療更添難度。但透過改善飲食及生活習慣，便可預防三分二的癌症。

高危因素



•有癌症家族病史



•吸煙



•酗酒



•睡眠不足



•缺乏運動



•飲食不均



•肥胖



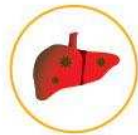
•環境污染



•免疫系統失調



•長期病患者
(如高血壓、高血脂、
糖尿病等)



•慢性發炎患者
(如乙型肝炎)

DNA核酸修護細胞根本—基因

基因受損是癌症發生的第一步，一個細胞的基因受損便足以發展成致命的癌症。DNA核酸是具有多重防癌功能的營養素，能保護並修復基因，對抗有害物對基因的傷害。此外，DNA能誘導細胞自毀，及阻斷癌細胞的糧食，從而餓死癌細胞，防止癌細胞分裂。

鯊魚精華DAGE有效調節免疫力

正常人體內的細胞日夜不停地進行新陳代謝，每天可形成100萬億個新細胞，在正常情況下免疫系統會識別並消除異常細胞。一旦無法消滅這些「不良分子」，就有可能發展為人類的大敵—癌細胞。研究顯示，鯊魚肝油中免疫調節分子DAGE (AKGs)，能透過激活巨噬細胞，促進、誘生免疫因子，通過調節免疫細胞的抗氧化功能，來維持最佳的免疫功能，有助減少癌細胞形成的機會，及抑制其生長¹。要調節身體免疫系統，可直接補充含有鯊魚精華DAGE成份的營養。

SOD紅酒精華有助對抗自由基

癌症亦與自由基息息相關。空氣污染、輻射，高油脂食物等均會產生大量自由基，而自由基會傷害身體細胞。故應攝取足夠並多樣化的抗氧化物如SOD紅酒精華，以維持身體抗氧化能力，清除自由基，以防癌變。但注意，單一抗氧化物不足以抵銷自由基，應同時攝取集合多種的抗氧化物，協力消除自由基。而研究指出，SOD紅酒精華蘊含多種抗氧化物，聯合成抗氧化網絡，能大大提高身體抗氧化能力²，減低體內氧化壓力，減低細胞異變的機會。

有助阻礙腫瘤生長的營養素

除了以上營養素外，魚油Omega 3 EPA (Eicosapentaenoic acid)亦是科學家們研究對抗癌症時的熱門題目，研究員發現魚油Omega 3 EPA能有助抑制腫瘤形成³。而鯊魚肝油精華中的魚鯊烯(Squalene)亦能有效排走體內有害物質，從而有助減少致癌物積聚體內的機會⁴。另外，鯊魚軟骨物質(Chondroitin sulfate)亦能提升淋巴細胞數量，增強整體免疫力，亦可抑制癌細胞血管的增生，及防礙癌細胞黏附其他正常細胞，有助阻礙腫瘤擴散⁵。

防癌小貼士

- 均衡飲食，多進食不同顏色蔬果
- 注意情緒平衡
- 適量運動
- 攝取足夠防癌營養素(如：DNA, DAGE, SOD紅酒精華等)
- 避免過大壓力
- 避免接觸煙酒

參考:

1. Péron et al. Natural alkylglycerols restrain growth and metastasis of grafted tumors in mice. *Nutrition and Cancer* 2004;48 (1):64-69
2. Robb et al. Dietary resveratrol administration increases MnSOD expression and activity in mouse brain. *Biochemical and Biophysical Research Communications* 2008; 372:254-259.
3. Calviello et al. Dietary supplementation with eicosapentaenoic and docosahexaenoic acid inhibits growth of Morris Hepatocarcinoma 3924A in rats: Effects on proliferation and apoptosis. *International Journal of Cancer* 1998;75:699-705.
4. Kazuta et al. Mechanisms for stimulated fecal excretion of 2,3,4,7,8 - pentachlorodibenzofuran in rats by treatment with squalene and liquid paraffin. *Chemosphere* 1987;16(8/9):1707-1712.
5. Feyzi et al. Modulation of CD+4 and CD+8 tumor infiltrating lymphocytes by a fraction isolated from shark cartilage: Shark cartilage modulates anti-tumor immunity. *International Immunopharmacology* 2003;3:921-926.