

近年，黑心油事件、中東病毒、鉛水風波等，危害市民健康事件，一浪接一浪，令大家擔心隨時中招。其實，病毒變種、空氣污染、食物安全問題，加上生活壓力等因素，要有健康，必須內外全面兼顧為體內排毒，亦要為身體築起防護網，便無懼任何風險埋身。



排毒高手 — 100%魚鯊烯

由內而外 全面保青春、健康

資料提供：
高錦明教授



現任香港科技大學生命科學部教授，專注中藥和健康食品的研究，尤其集中探討補益食品的抗氧化和免疫力調節功能，除了著書，至今發表了180篇相關之研究論文。

為何鯊魚有頑強生命力？

試想想，當體內的毒素被排走，外面的毒素又不能入侵體內，我們的健康才可獲得最大保障。要達到由內而外的全面保健效果，科學家們不斷深入研究，發現生活在幾乎沒有陽光、氧氣稀少、冰冷、水壓高等嚴酷環境下的深海鯊魚，仍有頑強的生命力，由此得到了深刻啟示。原來深海鯊魚的頑強生命力，來自其巨大肝臟所含有的魚鯊烯。佔鯊魚體重四分之一的肝臟中，有90%的成分為魚鯊烯，它能增加組織氧的利用能力，有很強的抗氧化作用，抵抗身體因缺氧引起的各種疾病，提高耐力。

防毒素、致癌物積聚

魚鯊烯對外來細菌、入侵物具有消炎殺菌、促進毒素排出的作用。早於1980年代，多本國際學術雜誌就有報導，有關魚鯊烯能溶解體內的有毒物質並促進排泄，防止毒素在排泄過程中被重新吸入體內，加快排毒速度，從而減少有毒物質和致癌物在體內積聚¹⁻⁴。如二噁英類化合物，國際癌症研究中心已列為人類一級致癌物的有毒污染物，汽車廢氣、垃圾焚燒、農藥都是環境中二噁英的來源，由於它非常容易在生物體內積聚，且不能有效排出，但魚鯊烯可以阻止這些致癌物質從腸道吸收，減低其致癌的機會⁵。

抗氧化、抗癌、抗衰老

事實證明，口服魚鯊烯能有效減低患上肺腫瘤和直腸癌的風險⁶⁻⁷，對於已經形成的腫瘤，能抑制癌細胞擴散、萎縮腫瘤⁸⁻⁹，且對皮膚癌有預防和治療作用⁷⁻⁸。魚鯊烯抗癌的特別之處，在於它直接抑制癌變基因的同時¹⁰，能選擇性地保護正常細胞，免受化療藥物的毒性傷害¹⁰⁻¹²。此外，魚鯊烯具有增強肝功能、提高身體免疫力和抗氧化的作用¹³⁻¹⁴。抗氧化是人體重要的抗疾病機制，除能清除自由基、保護皮膚免受紫外線，及其他高能量輻射引起的氧化作用，達到養顏美容的效果外¹⁵⁻¹⁷，還能防止細胞、器官氧化衰老，降低患上老年疾病的機會，預防衰老¹⁸⁻¹⁹。

嚴選產品 留意純度、新鮮度

市面上魚鯊烯產品很多，怎樣選擇才對呢？除了100%魚鯊烯含量外，還要科研測試確保無輻射，不含任何防腐劑、農藥及化學廢物，而更重要的就是出產的雙氧值是0，表示產品極新鮮，因為魚鯊烯具高抗氧化能力，對產品穩定性有很高要求，所以生產商必須具有卓越科技，並須經嚴格品質監管和測試，以確保產品高質有效。

參考資料

1. 神村英利，吉村英敏。油症成因物質之促進排泄，福岡醫誌1987;78:226-280
2. Richter et al. Effect of squalene of hexachlorobenzene (HCB) concentrations in tissues of mice. *Journal of environmental science and health* 1982; B17 (3): 195-203
3. 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
4. Richter et al. Effects of dietary paraffin, squalene and sucrose polyester on residue disposition and elimination of hexachlorobenzene in rats. *Chemico-Biological Interactions* 1982;40:335-344
5. Junya. Some of the recent findings and comments on pharmacokinetic, biochemical effects and animal toxicology of dioxins and dibenzofurans. *Chemosphere* 1987; 16(8/9): 2191-2192
6. Rao et al. Chemopreventive effect of squalene on colon cancer. *Carcinogenesis* 1998;19(2):287-290
7. Smith et al. Inhibition of 4-(methylnitrosamino)-1-(3-pyridyl)-1-butanone-induced lung tumorigenesis by dietary olive oil and squalene. *Carcinogenesis* 1998;19(4):703-706
8. Michiaki et al. Inhibition by squalene of the tumor promoting activity of 12-O-tetradecanoylphorbol-13-acetate in mouse-skin carcinogenesis. *International Journal of Cancer* 1992;52:950-952
9. Desai et al. The preventive and therapeutic potential of the squalene-containing, roidex, on tumor promotion and regression. *Cancer Letters* 1996;101:93-96
10. Newmark. Squalene, olive oil, and cancer risk: A review and hypothesis. *Cancer Epidemiology, Biomarkers and Prevention* 1997; 6:1101-1103.
11. Senthilkumar et al. Effect of squalene on cyclophosphamide-induced toxicity. *Clinica Chimica Acta* 2006;364:335-342
12. Senthilkumar et al. Attenuation of cyclophosphamide induced toxicity by squalene in experimental rats. *Chemico-Biological Interactions* 2006;160:252-260
13. Tetsuo et al. Intensification of host's immunity by squalene in sarcoma 180 bearing ICR mice. *Journal of Pharmacobiodynamics* 1983;6:148-151
14. 瑪魯哈日魯株式會社化成食品事業部化成品課。攝取魚鯊烯Squalene帶出的抗氧化能力及其影響
15. Gonor et al. The influence of a diet with including amaranth oil on antioxidant and immune status in patients with ischemic heart disease and hyperlipoproteinemia. *Voprosy Pitaniia* 2006;75(6):30-33
16. Kelly. Squalene and its potential clinical uses. *Alternative Medicine Review* 1999; 4(1): 29-36
17. Kohno et al. Kinetic study of quenching reaction of singlet-oxygen and scavenging reaction of free radical by squalene in n-butanol. *Biochimica et Biophysica Acta* 1995;1256:52-56
18. Dessi et al. Oxidative stability of polyunsaturated fatty acids: Effect of squalene. *European Journal of Lipid Science and Technology* 2002;104:506-512
19. Buddhan et al. Protective effect of dietary squalene supplementation on mitochondrial function in liver of aged rats. *Prostaglandin, Leukotrienes and Essential Fatty Acids* 2007;76(6):349-355