

草莓类浆果可防帕金森氏症

来源：科技日报 日期：2011-02-16

美国哈佛医学院 14 日公布最新研究成果称，常吃草莓类浆果有助预防帕金森氏症。

这项研究涉及 4.9 万名男子及 8 万名女子。被调查对象首先要详细填写有关他们日常饮食的问卷，然后研究人员对问卷进行分析，计算出每人平时从不同食物中所摄取的类黄酮化合物总量。在为期 22 年的跟踪调查中，有 805 人患帕金森氏症。

研究显示，摄取类黄酮化合物最多的男性，患帕金森氏症等神经系统疾病的风险要比摄取类黄酮化合物最少的男性低 40%。尽管没有足够证据表明类黄酮类化合物的摄取量与女性患帕金森氏症存在直接关联，但研究人员发现，类黄酮化合物中的一个种类花青素无论对男性还是女性，都有降低患帕金森氏症风险的作用，而草莓类浆果富含花青素。