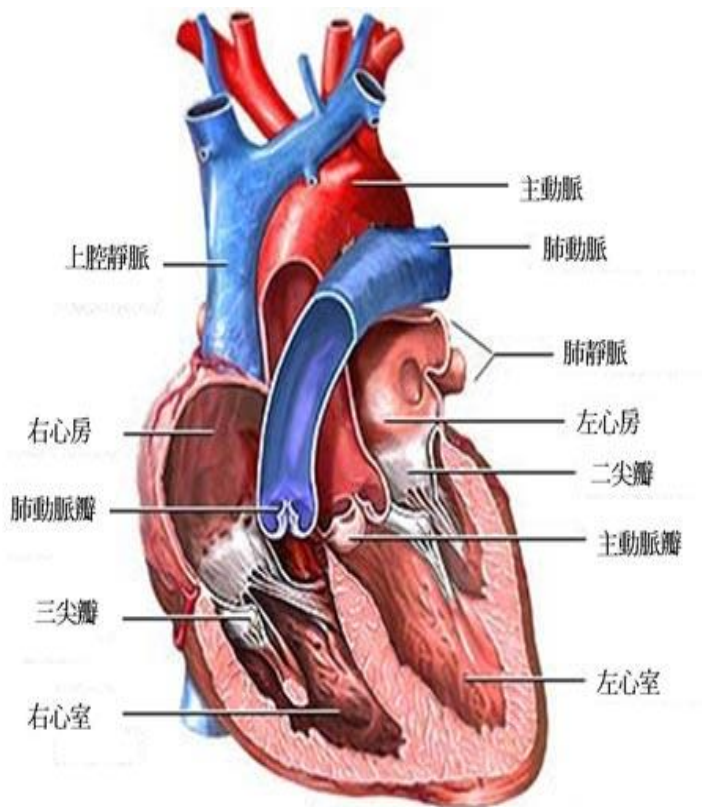


## 可可黃烷醇 對於透析患者具有血管保護效果

- 根據美國知名腎臟科期刊 *Clinical Journal of the American Society of Nephrology* 最近發表的臨床研究發現：多攝取可可黃烷醇 cocoa flavanols (CF) 可減少透析患者血管病變改善血管狀況。



- 透析患者本身就是心血管疾病的高風險群，其因為心血管疾病而住院或死亡的风险為一般人的八倍。

德國心臟科醫師

TienushRassaf, MD 於

2012~2013 年收集 57 位透

析病患連續給予 30 天可可

黃烷醇 cocoa flavanols

(CF) 的臨床實驗，他的研究團隊發現每天攝取含 900mg 可可黃烷醇(cocoa flavanols) 的透析患者相對於對照組，他們的血管會擴張，舒張壓會下降，心跳會增加，而且也較少發生血管病變。

- 可可黃烷醇是存在於可可豆(巧克力豆)中的多酚 (polyphenols). 它對心血管的保護功效主要還是在於可以增加血管內皮細胞一氧化氮(nitric oxide)的釋放. 至於是否長期攝取可可黃烷醇真的可以降低透析患者心血管疾病仍需更進一步的研究証實.



資料來源：新竹安慎診所洗腎室 劉偉銘醫師 提供