

摄取脂肪不是脑溢血的原因

脑溢血是日本人死亡原因中的第一位。迄今认为乃是由于摄取高蛋白、脂肪过多等饮食习惯的原因所引起的。但最近科学技术所所汇编的“高血压及脑溢血的预防同生活环境因素关系的综合研究成果报告”却推翻了这个定论。

这项研究是以自发产生高血压后必然会会发生脑溢血的大白鼠作为实验研究动物并给予各种各样的饲料，来查明与人类脑溢血相同情况的自发脑溢血的机理。

结果发现：(1)蛋白质能帮助食盐中的钠排出体外；(2)脂肪性食物可给血管予弹性。还了解了脂肪多的欧美式饭食可抑制重症高血压的发病，且使日本人型的动脉坏死血栓性脑溢血病减少。

与此同时，这种研究还在全国七个地方对12600人的饮食习惯作了调查，而且从流行病学的研究角度来说也证实了相同的结果。

尤其蛋白质对预防脑溢血有效，糖类以少许为好，而蛋白质、脂肪、糖的平衡则为重要的决定性因素。还了解到酒精和脑溢血的关系，适度持续地摄取的话，也可抑制发生重症高血压病。因此原来被视为罪人的脂肪和酒精等，也通过了这项研究的结果而得到了平反。

最近年青一代倾向于低脂肪、低蛋白的饮食习惯，那么根据上述研究的结论，这种倾向当然更被担心对今后会产生不良影响。(收稿日期79.12)

曾余译自日文《食品开发》通卷254号4月号
1979年 张瑞霖校

可接受性。蛋氨酸的增补并没有明显地提高制品的成本，但是在上述三种制品中都有提高的蛋白质成本比；在罐装制品中，蛋白质成本比的增长可达到显著的77%。

总之，罐装大豆制品的加工对于制品的营养

高产种鸡

日本富崎县种鸡试验场用少量饲料饲养高产蛋鸡。这种鸡是由“宫崎(雄)”和由美国引进并经改良后的“宫崎(雌)”杂交的。两亲都是大蛋多产，生后的鸡在300日后平均体重1646克，它比国外最重的1742克虽少，但饲料要求量每日每只仅103克，比上述国外少10%。新种鸡的产蛋率是75.9%，蛋的平均重量是58.6克。这些和国际最高水平大体一样。

常山雨

菠菜和结石

对菠菜过去说是：过食可得肾结石或膀胱结石，这是因为菠菜中的草酸和钙相结合而成为结石的原故。最近日本国立营养研究所对动物试验的结果证实了鼠在每日摄食全食量3%的草酸，一个月后就患上了结石症，不过该所还附带地说明了这对人类来说并不一定，因为这样大量摄取草酸的事是不可能有的。

常山雨

合成树脂切肉板

肉联厂用的切肉板一般都是木制品。木制品的切肉板不耐久、不易洗净、不卫生、有切屑；塑料制品虽然缺点较少，但仍克服不了因过硬而产生的打滑，难以切割和产生切屑。目前日本已改用以橡胶和塑料混和所制成的具有弹性的切肉板，这种板无毒、耐久、不打滑、无切屑并已广泛地应用在肉联厂中。

常山雨

养质量是有害的，但是适当增补蛋氨酸可以弥补这一损害，使最后的制品达到高营养质量。(收稿日期80.3)

魏晓琳译自英文《Journal of Food
Science》Volume 38 (1973)