

酒精威力 男女有別

中國女性很少喝酒，美國女性較常在交際場合中喝酒，尤其在夏季喝啤酒。只要是酒就含有酒精，女性喝酒亦助長乳癌。美國Buffalo大學病理學家Freudenhein教授發現喝酒的影響不僅是酒精的量，亦與喝酒的方式有關；每星期中只有一天喝了5杯啤酒的女性，得乳癌的機率，比在7天中斷斷續續地喝5杯者，多了80%。另一項研究從酒精與肝臟分泌某種酵素的關係，女性空肚子喝酒者，肝酵素分泌量較有與食物同吃者高，但是兩者對男士則無差別。這亦是大自然對女性的差別待遇。

(取材自Time, 30 June 2003)

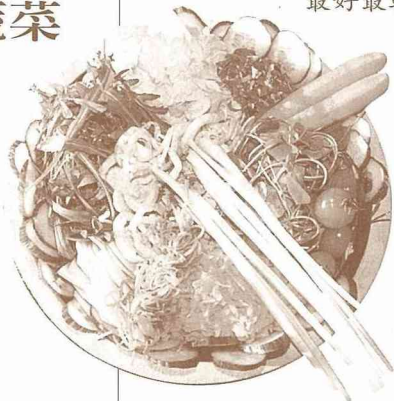
小黃番茄 上市了

今年首見黃色小番茄上了水果攤，攤販說這個新品種的皮薄而甜。初上市價格亦較貴，貨源亦少，相信明年會更普及，因為這是台灣亞洲蔬菜中心的育種成果。看到亞蔬的推廣刊物Center Point，才知道這種被稱為Golden tomato的黃色小番茄含有比一般紅色番茄多3到6倍的Beta carotene，而Beta carotene是維生素A的先驅成份。

在基本營養的供應不是問題的台灣，皮薄、酸度低、甜度高的金黃小番茄已是眾人喜愛的水果；在低度開發的國家，含維生素A成份高的金黃小番茄，更是有助於預防兒童視力受損及孕婦夜盲症的健康食品，因此亞蔬已迅速地將種子引進到孟加拉等地區了。

(取材自AVRDC, Spring 2003)

美國餐館 自種蔬菜



在有機食品日漸盛行之時，越來越多的美國有機餐館不但採購最好最乾淨的蔬菜及水果，有的甚至自己種有機蔬菜起來。

美國的住家常有相當大的園子，Maine州的Arrows餐館主人有個半公頃（5分地）的園子，供應餐館90%所需的蔬菜，並且還出版Arrows食譜。就是在少有空地的紐約市，有間Taste餐館租下2間大倉庫的屋頂，建造8間溫室來自產自給有機蔬菜。

經過一些養生專家例如雷久南博士等提倡有機食物，引發了有機食物商店一一開張，盼望亦有專營有機蔬菜以至有機豬肉的有機餐館，逐漸興盛起來。

(取材自Time, 23 June 2003)

你接受的 輸血乾淨嗎？

位於美國Maryland州的國立衛生研究所的血液檢驗中心，設立於1921年。80年來，雖然醫院設備不斷更新，但是功能仍然不完全。例如去年在美國有23人由於輸血而感染了通常由蚊蟲感染的西尼羅病毒，有6人因而喪生。



現代捐血及輸血很普遍，美國一年捐血件數就有1千4百萬件。而血液中可能存留的病原微生物不下千種。就是要檢出特定的病原病毒，例如HIV（愛滋病病毒），或C型肝炎病毒等等，亦不一定能抓到，因為病菌大都有空窗期而逃過了檢出。

現在有一所設在麻省的Vitex公司發現一種化學物質（Ethyleneimines 乙撐亞胺）能在血液中將各種微生物的RNA及DNA的繁殖功能破壞，因而造成死亡。至於血液中的紅血球沒有DNA或RNA，因而不被破壞。除了Vitex公司以外，尚其他的生物科技公司在做相似的研發，但是實用的時期不會早於2005年。在此以前，能不輸血就避免輸血吧！

（取材自The Economist, 14 June 2003）

胎兒期的 重要 有若遺傳

早在15年前，英國Southampton大學David Barker教授就提出有些成長後呈現的疾病可能來自胎兒所處的環境因素。Barker的理論逐漸擴展，不久前在英國Brighton舉辦了為期4天的胎中影響的成人疾病；包括心臟病、肥胖、成人糖尿病，以及處世能力，甚至貪心及懶惰，都可能源自胎兒所處的環境不美滿，導致後來的不如意。

這種生物決定學的新學派，主張不是由一個人的基因決定其命運，而是由胎兒期的環境因素所影響的，或者是基因與胎兒期環境共同決定的，亦就是先天與後天的綜合影響。

Dr. Barker的理論來自觀察英國Hertfordshire的數千家族，他注意到出生時體重特低者，罹患心臟病的機率較高。後來美國Stanford大學的Gerald Reaven教授在1988年發表有關出生體重低者的「X複合症狀」，包含了高血壓、肥胖、心臟病及成人糖尿病。

芬蘭公共衛生研究所在1940年收集了數百位周歲小孩的身高，50年後，即1990年，登記他們的年薪；周歲時身高72cm的孩子，到50歲時的平均年收入是27,000美元；而周歲時身高78cm者，平均年收入是39,000美元。

倫敦University College的Alan Lucas，對1千名早產胎兒試驗，對一半兒童給予1個月的加強養分的代乳粉，另外一半則給予通常的嬰兒代乳粉，第二個月後則都給予普通的嬰兒食物。這1千位兒童在7歲時以及15歲時都予以智力測驗，沒有給予1個月加強配方的一組，在數學能力上比較差。

對於貧窮地區的孕婦，平衡的食物能提高初生兒體重，多吃蔬菜增加微量元素及礦物質都有助於兒童的腦力；但是過多的蛋白質食物反而阻礙胎兒的發展。

與Dr. Barker同事的Byrne教授特別推崇運動。孕婦及兒童，運動增強脂肪的燃燒，因而有利於胰島素的功能，降低糖尿病的危險。不論出生

健康白皮書

體重輕重，運動都能保證有個健康的老年。

(取材自The Economist, 14 June 2003)

蚊蟲與疾病傳播



夏季炎熱，亦是蚊子傳播疾病給人類的旺季。蚊的種類很多，已定名的約有2000種，有的與人類無涉，例如學名為Culex pipiens的蚊子，忽然在7月7日版的Time周刊上成爲主角，原來在美國發現從非洲帶來的西尼羅病毒，已從帶菌的鳥類傳到人類身上。1937年烏干達首次發現這種病毒，1999年在美国有62人發病，7人死亡；去年則驟增到4,156個病例，分佈在40州，死亡達284人，因而在Time上了頭條。至今尚未傳到夏威夷，卻不能肯定就不會傳到台灣。感染後的潛伏期有3天到14天，但大都數不發病，或有輕度感冒症狀。少數死亡者有類似腦炎及腦膜炎的病徵。請衛生及檢疫機構加強防護。

(取材自Time, 7 July 2003)

你有憂鬱症嗎？

現代人的生活，常在忙碌與壓力下渡過，因而憂鬱症Depression成了時代病，台灣亦有近30%的患者。治療憂鬱病的藥不少，以往使用的提神劑如安非他命等已不夠看，近來發展的是與Serotonin有關的一系列SSRI；SNRI抗憂鬱藥品已成爲青少年周末晚會的快樂丸。

英國製的抗憂鬱劑Seroxat，是全世界銷路最大的這類處方藥，原本會給子女們拿去在晚會逍遙快樂的，不料經過英國原廠及美國食品藥物局的試驗，反而查出沒有憂鬱症者偷拿了父母用的Seroxat去尋快樂時，反而更有自殺的念頭，請有憂鬱症的父母小心清點醫生開給你們的Seroxat藥丸。

(取材自Time, 7 July 2003)

水中貓眼兒

潛入水中後，人的視力就大爲減弱，這是由於眼角膜受水的阻隔，感光量減低。一些瑞典科學家注意到一群以潛入海中檢取海參及貝類爲生的泰緬海濱Moken族兒童，在深水中的視力較一般人高出2倍。原來這些潛水漁人的瞳仁像貓眼一樣，能在弱光下收縮到小於2mm，因而能感應水中微弱的光線。

(取材自Science, 23 May 2003)



遺傳工程 改造作物 10年回顧

1994年，美國食品藥品局(FDA)核准第一個基因改造(GM)農作物上市，這是經過5年的嚴格審查後命名為Flavr-Savr的番茄品系，所改變的是一個控制成熟柔軟度的基因，這個GM番茄在完熟後能維持較長的新鮮品質。



10年來，GM農產品在美國成長迅速，GM的大豆及棉花種植面積已佔了70%，但是GM玉米只有25%。其他經核准的GM作物不少，包括木瓜、油菜、馬鈴薯、亞麻、南瓜、萵菜及菊苣。但是這些GM作物在投資了不少人力財力之後，最後核准上市的新品種，種植的面積不多，有的甚至沒有市場。這些技術成功、市場失敗的GM品系，檢討的結論有下列缺失：

1. 不經濟

- (1) 抗病毒的南瓜，並非百分之百的抗病，它還要噴藥消滅傳播病毒的昆蟲。
- (2) 種籽太貴，例如第一個核准上市的番茄(Flavr-Savr)，由於研發及生產成本高，利不及費。

2. 受到排斥

不少地區至今對GM農產對於人體的安全仍有疑慮，主要是歐洲，已有法規要求應將GM食物與普通農產分別存放而且標明，因此農民不敢種GM品系，以免影響市場。美國種植GM玉米品系因而只有25%的面積。

3. 對於環境傷害的憂慮

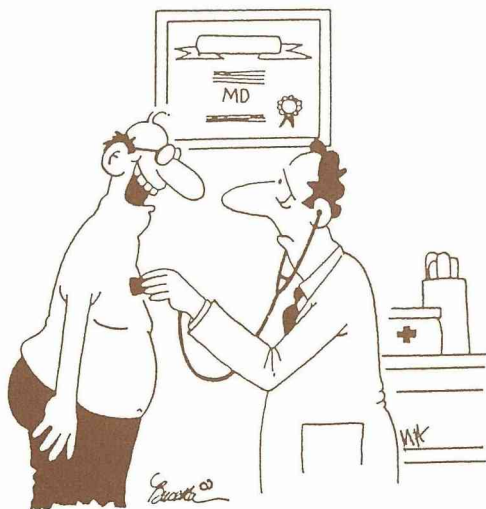
美國國家科學院最近對於GM農產的3項環保的顧慮是：

- (1) 害蟲對GM作物中殺蟲毒素的抵抗性。
- (2) 抗蟲GM作物的毒素傷害到益蟲。
- (3) GM植物的花粉與附近近親植物的雜交。

在今後GM農產的第二個10年中，由於從第一個10年所學到的經驗，將有更有利的成果，亦可能要對付預料不到的結果，但美國農部的展望是樂觀的。

(取材自Aqri. Res., Jan. 2003)

【開懷篇】



「那裡當然什麼也沒有，因為我是政客。」