



巴西洋菇的 魔力

文圖／陳啓楨
南台科技大學生物技術系

巴西洋菇，學名為 *Agaricus blazei* Murill，日本又稱姬松茸，據說日本後裔在巴西聖保羅地區流傳著民間具神效的野生食用菇，可治療許多疾病，巴西洋菇於1965年被引進日本市場，1967年經比利時學者海寧曼博士鑑定後歸屬於蘑菇科、蘑菇屬。經學者不斷地研究，終於在最近幾年有了具體的科學化研究成果，證實可減緩許多癌症的症狀，已經成為日本最受歡迎的保健食品之一，1998年更是躍升日本保健食品類銷售第一名，打敗長勝軍「綠藻」。巴西洋菇在外觀上，菇柄長又粗；色白，菇傘呈短筒狀、淺褐色，具強烈之杏仁味，肉白，甘甜又脆；適合中、西、日式料理。

目前已可人工栽培子實體，並且已有業者從事菌絲體發酵生產多醣體，在日本的銷售業績已明顯超越靈芝。由於巴西洋菇的固體栽培一般需要3個月左右的時間，而且栽培條件要求較高。相較之下，液體培養方式會大大縮短產程開發的時間。不過，巴西洋菇的生長特性和其他菇菌有明顯差別，已有學者指出，該菌在平板培養與液體培養下，生長速率均較其他菇菌緩慢，也有學者研究指出，該菌在發酵槽上會有攀繞的現象。

巴西洋菇是一種富含蛋白質和多醣體的土生菌菇類，維生素B1、B2、菸鹼酸和麥角固醇的含量很高。自1980年代以來，日本已經有很多學者針對巴西洋菇所蘊含的有效成份做了一系列的研究，經實驗證實，功效可分為幾方面：

1. 抗腫瘤作用：研究成分具有 β -1, 6分支的 β -1, 3-D-葡聚醣類多醣體，實際療效的主要是以增強免疫力、活化免疫細胞、促進補體素和干擾素合成等等，藉由免疫機能的增強達到抗腫瘤效果。

2. 抗癌作用：活性物質為類固醇類化合物，據研究指出對子宮頸癌細胞(HeLa)的增殖有抑制作



用。

3. 降血糖作用：由多醣—蛋白質複合體和RNA—蛋白質複合體等類的多醣體引起的降低血糖作用。

4. 降血壓、降膽固醇作用：亞麻油酸等類的不飽和脂肪酸對於降低血液膽固醇有一定效果。

5. 含有豐富的膳食纖維，可以幫助腸胃蠕動。

有一天晚上十點多，我正要離開辦公室回家時，正巧碰到學校同事和她的鄰居在校園裡散步，她突然停下來問我有沒有生技產品可以治療癌症，因為站在她旁邊的鄰居正是癌症患者。難怪夏日的夜晚還包著頭巾，原來她得了乳癌，除了開刀之外，目前還在做化療。我稍做解說外，也不知為何心血來潮，上樓拿了和朋友合作的靈芝、樟芝、巴西洋菇等子實體萃取的和菌絲體發酵的產品送她試用。約兩個月後，突然接到同事的電話，她說醫生告訴她的那位鄰居不用再做化療了，而且癌細胞也萎縮了，她鄰居好高興！因為做化療真的很痛苦。後來問起才知道她鄰居搭配樟芝及巴西洋菇食用，使得癌細胞得到控制。

我想菇類的生技產品，在某些方面還是有一定的療效。

◎