

文／洪建德 本刊特約健康顧問·陽明院區新陳代謝科主任

# 飲食是最重要的治療

大家期待醫生的治療常常是打針、吃藥，這是大眾對現代醫學的刻板印象。有時醫生也忘記了一個事實，人體的保健與預防最重要的是飲食。

常正是一位73歲有家眷的老先生，由於他的糖尿病並沒有規則的治療，於是併發症就發生了。當他的肌酸酐超過1.5毫克／100毫升，且步步高升，面臨腎衰竭時，漸漸產生厭食、噁心、吃不下飯，甚至會有想吐的症狀發生。白天昏昏欲睡，晚上則睡不著，太太雖然用心照顧她，但並沒有注意到這些情況，也沒有常識鼓勵他正常吃藥，最後終於病倒住院，原因是細菌感染引起的敗血症。

住院之後，醫師發現他的血中白蛋白已經低於2.2毫克／100毫升，可以注射白蛋白了。於是，每天注射大量白蛋白，可是並不知道鼓勵病人從腸胃道進食，才是最重要的營養方式。長久下來，常老先生每天注射白蛋白2瓶，但是血中白蛋白濃度還是無法上升，於是病人愈來愈虛弱，發炎也沒有轉好。

由我接手後，發覺他已經很久沒有進食了，於是鼓勵家屬，雖然在腎衰竭的情況下，也盡可

能給他想吃的食物，之後，病人的發炎情況漸漸好轉了。

大家期待醫生的治療常常是打針、吃藥，這是大眾對現代醫學的刻板印象。有時醫生也忘記了一個事實，人體的保健與預防最重要的是飲食，當人生病時，最重要的營養也是經過口腔進到腸胃道的。

松花是一位60歲的婦人，來門診就醫第2個月就開始拿連續處方箋，陸續也1年了。可是這次在拿第2個月的連續處方前，她又來掛門診，原因是上個月拿藥後，她發生了無力冒汗的現象，她自認為是感冒，於是就去看醫師，社區醫師也把她當成感冒醫治，直到今天25天之後，才知道原來是低血糖。這種症狀，我與個管師都在她第一次就診時就提示過的。

飲食是最重要的治療，有些病人來看病卻急著拿藥回家，對於醫師的叮嚀，即使已經過門診衛教師的衛教，也讓他們簽了字，還是聽過就忘了。

## 藻類保健生技研發暨 技術交易發表會

文／殷儷容 台灣保健食品學會

拜生物科技的倍速進步之賜，發現許多食材成分都具有預防或延緩疾病的功能，東方的“藥食同源”觀念也逐漸引起西方食品營養科學界、企業與政府單位高度興趣，而保健功能性食品之研發及行銷因此快速成長，估計世界年銷售額可達數百億美元，在台灣也是產品琳瑯滿目市場蓬勃發展，也為困頓經營中的生技產業找到一些慰藉生機。

然而基於產學研發的機制不足，因此少有原創性的技術或產品可移轉給產業界；一方面、產業界為求生存創造營收急於轉型，一窩蜂投入保健食品或化粧品，產品重複且訴求相近，導致惡性競爭不利產業之永續發展。

行政院農委會漁業署對我國海藻資源之利用研究與推展相當鼓勵，歷年來的具體研發成果逐漸受到重視與關注，可以說是本土化科技極具應用潛力與競爭力的實例。海洋大學創新育成中心於2006年9月15日在台大凝態科學研究中心舉辦「藻類保健生技研發暨技術交易發表會」。

本會議之目的在透過產、官、學的互動集中研發資源、協調國內研發與產業界的垂直整合、提升保健食品產業之自主發展度，同時配合各種技術交易平台之建立，安排充分互相交流與交換意見分享成果與經驗，並藉以鼓勵研發人員提昇個人在創新發明之能見度。