
常见低卡甜味剂可能增加凝血风险

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/28772.html>

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

常见低卡甜味剂可能增加凝血风险。



一种流行的代糖可能对心脏健康有害。图片来源：PawelKacperek/Shutterstock

低卡甜味剂赤藓糖醇会使血液更容易凝结，这或许解释了为什么以往的研究将它和心脏病和中风的高风险联系起来。

美国俄亥俄州克利夫兰诊所的Stanley Hazen介绍，赤藓糖醇是一种低浓度存在于蔬果中的糖醇，

其甜度大约是糖的70%。我们的身体也会少量生成这种化合物。它几乎不含卡路里，因此是一种广受欢迎的代糖，尤其是在美国和欧洲。几十年来，赤藓糖醇被广泛应用于口香糖、饮料和面点等产品中。

尽管美国食品药品监督管理局和欧洲食品安全局等监管机构长期以来将赤藓糖醇归类为安全食品，但越来越多的证据表明它可能对心脏健康有害。Hazen和同事之前的一项研究表明，血液中赤藓糖醇浓度高的人群患心脏病或中风的风险是低浓度人群的两倍。动物实验发现，赤藓糖醇会增加血液凝结。

为探究赤藓糖醇对人是否有相似作用，Hazen和同事采集了10位受试者喝含30克赤藓糖醇水前和30分钟后的血液样本，30克赤藓糖醇约为美国人的每日平均摄入量。他们在另一组的10人中重复了此过程，只把30克赤藓糖醇换成了30克糖。这些受试者此前都没有潜在健康问题。

研究人员使用不同剂量的两种化合物来诱导血液形成可能的血凝块，以便他们能够对比人在摄入糖或赤藓糖醇前后血液凝结的可能性。

结果显示，在所有的测试中，受试者摄入赤藓糖醇后的血液明显比摄入前更容易形成凝块。此外，赤藓糖醇组的样本中还含有更多血液细胞凝结过程中会释放的分子。与此同时，摄入糖对血液凝结并没有显著影响。

Hazen表示，这些发现表明，赤藓糖醇会增加血液凝结的风险。这一结果令人担忧，考虑到许多医学指导往往建议人们用赤藓糖醇等低卡甜味剂代替糖。Hazen说：“对于有血液凝结、心脏病或中风风险的病人来说，我认为喝一杯含糖饮料会比喝加入赤藓糖醇的饮料更安全。”

然而，美国马萨诸塞州塔夫茨大学的Alice H. Lichtenstein表示，仍需更多研究来评估摄入低卡甜味剂和糖相比的风险与收益，因为糖会导致其他健康问题，比如肥胖和龋齿。

相关论文信息：<https://doi.org/10.1161/ATVBAHA.124.321019>

作者：冯雨晴 来源：中国科学报

更多科学进展 请访问 <https://www.iikx.com/news/progress/>

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，[爱科学iikx.com](https://www.iikx.com)转发