

天麻、何首烏、紅麴

證實可預防老年失智症(阿茲海默症)

紅麴含 monoaccolins(“膽固醇”)、GABA(“血壓”)、抗氧化…

但勿與史他汀類降血脂藥併用，成分過量，肝腎負擔

另含抗菌成分 Citrinin：具腎毒性，醱酵製程如何去除是關鍵

繼 78、80 篇對銀杏葉及老年失智症可能致病因素的論述，本週再談可預防失智症的中藥。

台灣和許多已邁入老年化社會的國家一樣，阿茲海默症引起的大腦退化疾病的不斷增加，將是未來社會極大的負擔。目前尚沒有任何藥物可以阻止失智症的惡化，醫界經動物試驗發現，天麻、何首烏、紅麴三種中藥有預防腦病變的功效。

失智症有許多類型，其中 60% 為阿茲海默症，血管性失智症佔 25%。治療失智症需視病患罹病類型而定，但目前的藥物只能延緩病情惡化，無法根治，最好的方法就是「預防」發病。

中國醫藥學院前校長謝明村曾進行動物實驗，證實使用天麻萃取物的老鼠，比較懂得迴避危險。生物科技發展中心也曾進行何首烏的動物實驗，發現這種常用來抗老、治療腦中風的中藥有改善記憶力的功效。台大醫院神經科醫師邱銘章則針對阿茲海默症患者進行天麻、何首烏的研究

邱銘章將中度和輕度的個案分為隨機、雙盲、安慰劑三組，使用天麻萃取物治療 26 週，共有 40 位完成試驗。另外，以何首烏萃取物治療 24 週，共有 84 位完成試驗。以氟 18 及正子斷層掃描發現，服藥前後代謝並無顯著差異，但中草藥的安全耐受性相當良好。但需要更久的時間觀察，或做失智症未來繼續發展的研究方向。

衛生署中醫藥委員會主委林宜信表示，天麻、何首烏都屬於「上品藥」，常用來改善記憶力減退或者前安神之用。但已出現腦病變者使用能否改善，需要更進一步研究。

台大生命科學院微生物與生化研究所所長潘子明研究團隊，於 97.6/15 發表以 NTU568 紅麴米的實驗結果。他將老鼠分為未出現病徵的預防組、早期治療組、晚期治療組。發現尚未發病前即餵食紅麴米的老鼠，記憶學習能力比另二組明顯差距達 2.29% 及 31.1%，碰到危機懂得迴避，參考記憶和工作記憶較好，能在較短時間內找到目標；解剖大腦中的類澱粉蛋白沈積亦明顯減少，雖然仍繼續受類澱粉蛋白破壞，但紅麴能發揮保護效果，阻止類澱粉蛋白纖維化，並減少在大腦海馬迴組織的沈積。

由於膽固醇和高熱量飲食會造成阿茲海默症病情加重，紅麴可提升神經保護因子的生成，改善記憶學習能力。這些研究結果已陸續在今年刊登在《Applied microbiology & technology》應用微生物與生物技術雜誌網，及國際知名的《神經科學研究》雜誌(Journal of neuro-science reserch)。

中國人對紅麴應用在膳食和醫療已有千年以上的歷史，它含有許多具生理活性的代謝物，目前研究較完整的成分，包括可降膽固醇合成功效的 monoaccolins、降血壓功效的 γ -氨基丁酸(GABA)，及抗氧化物質，可減少類澱粉在腦中的沈積；預防性餵食，亦可改善記憶力。

但紅麴有許多菌株，並非所有種類均有保健功效；醱酵方法也影響功效，因為紅麴中含有一種抗菌物質 citrinin，對腎臟有毒害作用，如何降低毒性，提高有效成分才是關鍵。(97.7/25：摘錄、整理自 97. 5/5、6/16《中國時報·A9、A5》)