

抗癌食品真的存在？

美国癌症协会最新发布的《全球癌症事实和数据》显示:每年约有760万人死于癌症;而到2030年,全球将有2140万人罹患癌症,死于癌症的人数将高达1320万人。如此背景下催生出一个充满神秘和诱惑的市场:抗癌食品。但科学家表示,“抗癌食品”可能不是一个科学的概念。

“抗癌食品”受质疑

《纽约时报》和《消费者报告》曾发表文章,对抗癌食品提出质疑。比如,以前有研究说食物纤维、水果蔬菜可以预防大肠癌和其他癌症,但后来有研究却认为,这些可能是无效的。另外,过去的研究认为,水果蔬菜中的β胡萝卜素和维生素E、维生素C等可以清除体内的自由基,具有防癌功效。但一项研究发现,β胡萝卜素不能降低吸烟人群的癌症发病率。是否在食物里添加维生素C和维生素E,对可能演变为癌症的大肠息肉

也没有预防作用?

此外,记者在市场走访中发现,无论是天然食品还是人工制剂,没有哪种产品打着抗癌的标签。专家认为,食物抗癌研究几乎都没有定论,而“没有定论”,正是抗癌食品的“致命伤”。

提高免疫力≠防癌抗癌

人类虽然对于癌症的认识在不断加深,但至今癌症的确切发病机制在总体上依然是个未解之谜。通俗地讲,我们还没有真正搞懂人究竟是怎么得癌的。

如有媒体报道,恶性肿瘤已成北京市居民首位死因,引起市民关注。医学专家表示,癌症高发与市民生活习惯及生活压力有很大关系,其中,饮食不规律,食品安全问题严重是重要原因。

那么,到底该怎么看待饮食和癌症之间的关系呢?癌症研究专家张宗卫认为,饮食结构中动物脂肪、动物蛋白质摄入量增加,粮、薯、豆类等植物蛋白质和



纤维素摄入量减少,主食吃得太精,蔬菜水果摄入不足,都可能导致一些原本在我国低发的癌症呈高发走势。说到底,原因是饮食不均衡。因此,抗癌不能寄希望于多吃某种食物,而是要注意均衡饮食,保持正常免疫力。

“抗癌食品”这个概念之所以出现,是人们对科研成果断章

取义了。医学家会研究自然界中各种物质,看看它们对癌细胞有没有作用。如果可能有作用,再提纯进行下一步试验。如果反复试验证实有用,就可以考虑将其制成药物了。这些物质有不少都来自于人们的食物中,因此被断章取义,认为某种食物就有抗癌作用。

防癌应是一种生活方式

“防癌是一个长期、自觉、科学的生活方式,不是一个急功近利的数字概念。”专家强调说,专家有时强调某几个数字,更多的是希望人们能够达到一定强度,以收到更好的效果,也是为便于记忆和操作。事实上,比数字更重要的是健康的观念。比如,就每天吃500克蔬菜而言,是在强化“多吃蔬菜有益健康”的观念,正常人可根据环境和自身情况选择蔬菜量,也可以是600克或者400克。

需要提醒的是,保健食品是一种介于药物和普通食品之间的产品,正确地使用,对人体有一定的好处;但如果使用不良,反而有害。保健食品要在医生的指导下,针对个体体质的不同,正确地选用。不能轻信其宣传,这类产品的宣传不少夸大了功效,好像包治百癌似的,显然更多是“忽悠”。

(整理报道)

市场动态

新发地就地升级 推出“互联网+生鲜”自主品牌

本报讯 张勇 近日,由悠乐果总经理徐柱、西瓜大王潘孝海、配送大王周明哲等新发地十大王与北京新发地农产品批发市场联合发起,汇聚新发地各类优质资源与企业建立的“珍品荟”品牌推介会在新发地市场会展中心隆重举行,张玉玺、张月琳、杨洪凯、顾兆学等出席会议,商户代表以及农产品行业代表共400人参会。

北京新发地农产品批发市场董事长张玉玺在新发地“珍品荟”品牌推介会上表示,新发地发展至今已有27年,承担了北京八成农产品供应。随着北京核心功能定

位和京津冀协同发展的总体要求,市场的经营业态和效能提升在加快升级中。

“如何升级改造,已经有了具体方案”,张玉玺介绍,新发地现有土地1680亩,其中670亩土地将用于建设综合性的农产品市场,包括冷链交易区、果品交易区和蔬菜交易区、水产品交易区,这部分土地将进行地上和地下的综合建设,充分利用空间。其余的土地将全部重新规划用作绿化。“目前,水产品交易区已经改造完成,将陆续开工建设265亩蔬菜交易区、181亩果品交易区。”

北京新发地农产品股份

有限公司总经理张月琳介绍,作为“珍品荟”销售的主要渠道之一,自建生活超市项目已经启动,“进入生活超市销售的蔬果从产地就开始标准化生产、分级,今后消费者进入超市就能够直接买到新鲜、干净、安全、实惠的农产品。”

徐柱透露,如今,互联网已成为人们不可缺少的媒介。明年珍品荟APP也将上线,市民可在线直接下单、在家等待收货,“珍品荟将汇聚新发地各类优质资源与企业,打造线上线下O2O综合类水果超市,提升新发地自有品牌价值。”

部委信息

全国农产品批发价格指数上升0.35个点

本报讯 张勇 据农业部监测,12月9日,全国农产品批发价格指数为201.74,比前一天上升0.35个点,其中,“菜篮子”产品批发价格指数为202.90,比前一天上升0.41个点。

截至9日14时,全国农产品批发市场猪肉平均价格为22.47元/公斤,比前一天下降0.6%;牛肉54.02元/公斤,比前一天下降0.7%。重点监测的28种蔬菜平均价格为4.12元/公斤,比前一天上升1.2%;重点监测的7种水果平均价格为4.88元/公斤,比前一天下降0.4%。

国内鲜活农产品批发市场重点监测的60个品种中,与前一天相比价格升幅前五名的是:菜花、菠菜、韭菜、茄子和菠萝,幅度分别为6.7%、3.4%、3.1%、2.2%和2.1%;价格降幅前五名的是:巨峰葡萄、香蕉、大白菜、葱头和牛肉,幅度分别为2.6%、1.3%、1.1%、0.8%和0.7%。

北京市12月10日部分蔬菜批发市场价格行情

单位(元/公斤)					
品种	最高价	最低价	品种	最高价	最低价
大白菜	1.0	0.8	茄子	3.0	2.2
小白菜	2.4	1.2	莲藕	7.4	5.8
生菜	3.2	2.4	绿豆芽	2.2	2.2
韭菜	6.0	4.8	黄豆芽	1.8	1.8
蒜苗	6.6	5.1	菜花	2.6	2.0
白萝卜	1.4	1.0	西红柿	4.5	3.6
土豆	1.9	1.2	尖椒	4.5	4.0
胡萝卜	1.6	1.2	青椒	3.4	3.0
大蒜	8.4	7.2	黄瓜	6.4	5.0

八里桥市场：蔬菜生产成本增加 价格处于高位

本报讯 张勇 12月7日,八里桥市场价格监测数据显示,市场41种蔬菜的平均批发价格6.11元/公斤,与去年同期价格相比上涨27%。近段时间以来的阴霾降水天气使得蔬菜生长受

到影响,蔬菜成本增加,蔬菜价格处于高位。

小白菜、茴香、绿菜花等品种蔬菜价格涨幅分别为31%、38%、38%,价格上涨明显,价格分别为4.2元/公斤、5.5元/公斤、6.5元/公

斤。

此外,上周的强降水拉动市场白条猪及蔬菜价格上涨,预计随着天气的好转,这两类商品价格将有所回调,但仍将明显高于上期和同期。