

# 《茶叶保健作用机理》

## 图书基本信息

书名：《茶叶保健作用机理》

13位ISBN编号：9787511602756

10位ISBN编号：7511602754

出版时间：2010-9

出版社：中国农业科学技术出版社

页数：235

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《茶叶保健作用机理》

## 内容概要

《茶叶保健作用机理》是全面介绍茶叶保健作用及其对人体疾病防治机理的科研学术论著。全书分上下两个篇章，上篇介绍茶叶的一般性保健功能，分七章阐述了茶儿茶素的预防保健功能，茶多酚在人体和啮齿类动物上的生物利用度、茶叶的免疫调节功能、抗基因毒性作用等。上篇还讨论了茶叶科学研究的方法论问题。下篇共分为十二章，该部分用详尽的科学实验数据，论证了茶叶对当前最为普遍的一些疾病的防治作用和机理。如：第八章到第十二章就茶对心血管疾病、糖尿病、肾病及前列腺癌等疾病的预防和治疗方面分别作了阐述；第十三章研究了茶的护肝性能；第十四章主要从实验和临床两方面介绍了茶对肥胖的预防效果；第十五章探索了茶对肺部疾病的预防作用；第十六章论证了茶的抗病毒病菌作用；第十七章研究了茶对关节炎的预防和治疗；第十八章着重从茶对神经元死亡的化学预防作用进行探讨；第十九章研究了茶对抗衰老的作用；最后一章重点关注茶和口腔保健。

《茶叶保健作用机理》中的大量科学试验数据是近些年来包括我国香港、美国、印度、日本的一些著名科学研究机构取得的研究成果。这些科学论述和结论进一步印证了源于中国的茶叶，不仅具有提神、醒脑、清心、明目、抗菌、消炎、清热、解毒的功效，而且还具有抗癌、降糖、降脂、减肥、健齿、延缓衰老等让人益寿延年的功效，是一种无副作用、真正有益于人类健康的天然饮料。

# 《茶叶保健作用机理》

## 书籍目录

上篇 茶叶保健作用概论1 述评：茶是能降低过早致死性慢性疾病风险的一种保健饮料2 作为Rasayana的茶3 茶儿茶素的预防保健功能4 茶多酚在人体和啮齿类动物上的生物利用度5 茶叶的免疫调节功能6 茶的抗基因毒性作用7 茶与人体疾病预防研究中的方法问题下篇 茶叶对具体疾病的保健机理8 茶对心血管疾病的预防作用9 茶多酚在癌症预防中的潜在目标10 茶对前列腺癌的化学预防作用11 茶及其成分的抗糖尿病效果12 绿茶儿茶素对肾病的抗氧化应激作用13 茶叶的肝脏保护性能14 茶对肥胖的预防效果15 茶对肺部疾病的预防作用16 茶的抗菌和抗病毒作用——从流感到SARS17 绿茶和关节炎预防18 茶对神经元死亡——痴呆症的化学预防作用19 茶对抗衰老 / 老化的化学预防作用20 茶和口腔健康

# 《茶叶保健作用机理》

## 章节摘录

茶是促进健康的饮料 茶是被世界各国广泛饮用的饮料，它是一种以山茶科山茶属茶树上的叶子为原料制成的提取液。采摘下来的茶叶以茶树上的芽头和茶梢上的第一、第二叶的品质为上乘。茶叶中最主要的成分是茶多酚类物质如表没食子儿茶素没食子酸酯以及茶多酚氧化酶。当鲜叶经过萎凋后，蒸汽高温处理使多酚氧化酶失活，从而制成绿茶。若将鲜叶进行破碎并发酵60分钟，多酚氧化酶将茶叶多酚物质氧化成茶黄素和茶红素等另一类多酚物质，就形成了典型的红茶。若发酵时间缩短至25-35分钟，则制成了在中国南方和台湾地区很受欢迎的乌龙茶。茶的历史和利用已经在我国广泛宣传，包括早在4000多年前茶叶在中国的起源，茶叶被制成绿茶以及后来在印度北部制成红茶。目前，绿茶在中国、日本和北非地区的应用较为普遍（Weisburger 2000）。

茶与心脏病预防 欧洲的流行病学研究显示，经常饮用红茶的人群患心脏病的几率较低，其原因是茶叶多酚类物质作为一种有效的抗氧化剂，能抑制由活性氧引起并导致动脉粥样硬化的低密度脂蛋白胆固醇的氧化。铜离子催化的低密度脂蛋白胆固醇氧化反应可被用来模拟其机制进行研究，同时也能被茶叶多酚物质抑制。大量研究证实，降低患心脏病的风险是饮茶的功效之一。对中风、冠心病和心血管疾病进行综合分析评估的研究结果表明，每天饮茶3杯（大约700ml）能使心脏病的发病率降低11%。日本有记载显示，每天饮用10杯茶能显著降低心血管疾病和癌症的发病率。其中有种解释是茶能有效促进血小板凝结，从而防止心脏病发作。 &hellip;&hellip;

# 《茶叶保健作用机理》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)