

<<大豆与健康>>

图书基本信息

书名：<<大豆与健康>>

13位ISBN编号：9787502343248

10位ISBN编号：7502343245

出版时间：2003-6

出版时间：科学技术文献出版社

作者：姜浩奎

页数：228

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：<http://www.tushu007.com>

## <<大豆与健康>>

### 前言

我写《大豆与健康》的主要目的是：提醒人们“重新认识、评价大豆的价值”。

因为大豆中富含的功效成分恰恰是人类新陈代谢需要的成分，更为重要的是大豆中含有的大豆蛋白质、大豆异黄酮、大豆皂甙、大豆低聚糖等重要功效成分对人体正常代谢的进行和调控，特别是氧化反应产生的自由基起到重要的抑制作用。

因此，有必要首先知道人体新陈代谢与空气中的氧相互作用而影响人体健康的因果关系。

自从人类在地球上生存开始，无论贫穷还是富有，人们一直对健康长寿有着强烈的渴望。

于是从古到今，为了长寿，人们力争保持生态的平衡，适应自然环境，不断地改变饮食方法，研究养生之道，为人类的健康长寿进行了广泛尝试。

尽管与古代相比人类生命的延长有了一些突破，但与长寿距离还相差很远。

其主要原因是人们的意识中只有空气中的氧是人类生存所必需的理念，而过多的氧恰恰是危害人体健康的关键要素，对此人们尚不清楚。

## <<大豆与健康>>

### 内容概要

《大豆与健康》由大豆深加工研究与开发专家姜浩奎博士为广大读者专门撰写，旨在提醒人们重新认识、评价大豆的价值。

书中用通俗的语言介绍了大豆中富含的大豆蛋白质、异黄酮、皂甙、低聚糖、核酸对人体健康的重要作用，更特别介绍了具有国际领先水平的大豆保健功能因子在一条生产线上连续提取的工艺技术。这一技术对改造我国大豆加工业及提高国民健康水平有着重要的意义。

《大豆与健康》适于广大家庭及大豆深加工领域人员阅读。

## <<大豆与健康>>

### 作者简介

姜浩奎，博士，中青年专家，国际专利技术评估师，世界发明家协会会员，现任中国食品工业协会植物蛋白专业委员会副主任、国家科技成果重点推广计划大豆深加工技术研究推广中心副主任兼总工程师。

几十年来，姜浩奎博士在生物工程科研领域创造了一套完整的创新科研理论体系，现已取得国内外发明专利几十项。

## &lt;&lt;大豆与健康&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 大豆蛋白质与人体健康第一节 大豆成分第二节 蛋白质的医疗保健功能第三节 大豆蛋白质生理功能第四节 大豆蛋白与青少年身高的关系第五节 大豆蛋白与人体健康第二章 大豆低聚糖与人体健康第一节 大豆低聚糖第二节 大豆低聚糖在人体新陈代谢中的作用第三节 大豆低聚糖的生理功效第三章 大豆异黄酮与人体健康第一节 大豆异黄酮第二节 大豆异黄酮的生理活性第三节 大豆异黄酮与人类的长寿关系第四节 大豆异黄酮与人体生理机能第四章 大豆皂甙与人体健康第一节 大豆皂甙对人体的生理功效第二节 大豆皂甙的抗癌机理第三节 大豆皂甙调节免疫功效评价第四节 复合性大豆功能因子免疫耐力方功效评价第五节 复合性大豆功能因子免疫降糖方功效评价第六节 防治各种病毒第五章 大豆膳食纤维与人体健康第六章 大豆中的微量元素与人体健康第一节 大豆中的矿物质第二节 大豆复合性医疗保健功能因子第三节 微量元素与人体健康第七章 连续提取大豆功效成分生产工艺技术第一节 发明技术背景第二节 连续提取工艺的优点第三节 技术的创新点第四节 国内外大豆深加工技术发展现状与趋势第五节 连续提取技术为国际领先水平第六节 连续提取工艺路线实施方案第八章 大豆功效成分生化特性与连续提取工艺第一节 大豆功效成分的生化特性第二节 功效成分连续提取技术及产品第三节 结果与讨论第九章 新型大豆蛋白研制第十章 附录健康常识关于实施“大豆行动计划”的通知关于实施“大豆行动计划”的建议关于我国改善营养的国家行动计划膳食营养基本知识贯彻《中国居民膳食指南》的政策建议

## &lt;&lt;大豆与健康&gt;&gt;

## 章节摘录

肠杆菌等腐败细菌大量增加。

到了老年，肠道内充满腐败细菌，双歧杆菌几乎消失。

腐败细菌在肠道中分解食物成分，产生氨气、胺类、硫化氢、粪臭素、酶类以及亚硝酸胺等有毒物质，人体长期吸收这些毒素，会加速衰老，诱发癌症，引起动脉硬化、肝脏障碍等疾病。

让双歧杆菌在人体肠道内尽量少流失或增殖，专家认为只有两种方法：活菌体外补养和活菌体内增殖。

“活菌体外补养”就是口服含有一定数量的双歧杆菌的活菌制剂。

由于双歧杆菌对水分、温度、酸碱性等条件非常敏感，没有严格的生产、销售、保存的措施，很难保持其双歧杆菌的活性。

如果误服失去活性的双歧杆菌，不但双歧杆菌没增殖，反而为腐败菌分解食物产生毒素提供了方便。

即使活菌制剂没有失去活性，口服后还会受到胃酸和胆汁的作用，活性大为降低。

因此，提倡采用“活菌体内增殖”方法，即食用难消化的大豆低聚糖（一般蔗糖或单糖在胃酸液作用下直接被消化、分解），使其直接进入肠道，在双歧杆菌的直接作用下将大豆低聚糖分解成短链脂肪酸（醋酸和乳酸），使肠内pH值下降，抑制肠道内有害细菌的生长。

更为奇特的是，直接进入肠道的大豆低聚糖因保持了固有的糖的黏性，而能够牢牢地控制生存在肠壁中的双歧杆菌不为粪便一同排泄体外，从而达到使双歧杆菌增殖的目的。

<<大豆与健康>>

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:<http://www.tushu007.com>