



食物與營養

喝咖啡和補充荷爾蒙不能併行



不能併行

這幾年來有幾個大型的研究都顯示喝咖啡能夠減少男人得巴金森症的機率，對女人卻無法得到相同的結論。最近一項新發表的研究結果認為女性補充荷爾蒙可能是影響咖啡對巴金森症產生不同效果的原因。

美國哈佛大學公共衛生學院的 Ascherio 教授和他的研究小組發現，雖然喝咖啡和補充荷爾蒙在單獨使用時都可以防止巴金森症，但是二者併用明顯地增加了婦女得到巴金森症的機會。這項研究顯示在更年期後補充荷爾蒙的婦女每天如果喝五杯咖啡會比只喝咖啡而未補充荷爾蒙的婦女增加 1.5 倍得巴金森症的機率。

如果不喝咖啡，荷爾蒙可能對巴金森症有防護的效果（請參見本刊第九期「雌激素」一文）。有研究顯



食物與營養

喝咖啡和補充荷爾蒙不能併行

示補充荷爾蒙會減少百分之六十五得巴金森症的機率。

前述二者併用的研究是分析了一項為期二十年，有七萬七千位護士參加的護士健康研究的調查報告而得此結論。在這研究中，有一百五十四位在調查期間得到巴金森症。如果單純只比較荷爾蒙的因素，補充荷爾蒙對發生巴金森症並沒有影響。但是，把喝咖啡的因素加入，補充荷爾蒙的效應就顯示出來。

進行荷爾蒙療程的護士中，每天喝五杯以上的咖啡會增加得巴金森症的機會，每天喝少量咖啡的話就沒有影響。對沒有補充荷爾蒙的護士，咖啡因對女性得巴金森症的機率和男性差不多。補充的荷爾蒙種類和期間並不影響到上述的結果。

雖然喝咖啡對巴金森症有影響，但是並沒有辦法證明咖啡因能夠防止巴金森症，咖啡因防止巴金森症的機轉還是一個謎題。在動物實驗中，研究人員觀察到咖啡因可以防止多巴胺細胞的損失，然而卻不知道如何發生的；也許咖啡因能夠抑制腦內某種接受體，但是還是不知道為什麼抑制腦內的接受體會有保護神經細胞的效果。

雌激素影響咖啡對巴金森症的關係更加難以理



食物與營養

喝咖啡和補充荷爾蒙不能併行

解。曾有研究證實雌激素能夠保護神經細胞，或許它會和咖啡因競爭保護神經細胞而抵消了互相的功效。也可能是雌激素改變了咖啡因在體內的分解，使其無法保護神經細胞。目前研究人員計劃由動物實驗探討咖啡因的神經細胞保護效果是否和性別有關。

還有許多其他的研究繼續在探討巴金森症致病機制對男女的不同。美國明尼蘇達州著名的瑪約診所 (Mayo Clinic) 在今年三月運動障礙 (Movement Disorder) 雜誌發表一項由美國國家衛生院支持的實驗結果，提出環境因素對男性得巴金森症的影響較大，而基因對女性得巴金森症的影響比對男性大的結論。這是因為男性在工作場所容易接觸到像殺蟲劑、工業化合物或頭部受傷等環境因素，而女性要有較強烈的基因感受性才會得到巴金森症。這研究還證實雌激素會減少得巴金森症的機會。 

本文譯自：

1. Tania Zeigler, "New Findings About Parkinson's Disease: Coffee and Hormones Don't Mix"
2. Ascherio A, et al, "Caffeine, postmenopausal estrogen, and risk of Parkinson's disease", Neurology, March 11, 2003, pp. 790-795