

γ -穀維素 Gamma-Oryzanol

臨床應用

1. 自律神經失調(Autonomic imbalance)
2. 停經後更年期 (Postmenopausal syndrome)
3. 慢性倦怠癥候群 (Chronic fatigue syndrome)
4. 壓力性胃潰瘍(Stress ulcer)
5. 卵巢功能低下(Hypoovarianism)
6. 頸椎受傷(Cervical injury)
7. 神經官能症(Neurosis)

γ -oryzanol 主要成份

- A-Ferulic acid ester(阿魏酸酯化物質)
- Cycloartenol
- 24-methyl cycloartenol
- B-Phytosterol(植物性固醇)
- β -Sitosterol
- Campesterol

穀維素是一種自然界存在的物質，係屬米糠油的成份之一，它是被記載為抗氧化劑，而且證實對於腸粘膜滲漏現象具有支持保護的效應，包括大腸躁動症以及胃腸粘膜潰瘍等，在穀維素中有好幾種成份，其中有阿魏酸酯化物質(ferulic acid esters of triterpenoid compound)以及植物固醇(phytosterol)，這二大類物質對於腸道健康最引起醫界研究之重視。 γ -穀維素支持保護腸道粘膜的功效有三：第一，自由基清除的活性，第二，金屬螯合的活性，第三自律神經系統主導的胃酸分泌正常化。

穀維素 γ -oryzanol 是一種促進生長的物質，它存在於穀類，並且可以從米糠中提煉出來。它最早是被當作賽馬場馬駒餵食的食物添加劑，可以增加更多結實的肌肉。到了 1960 年早期它就被發現應用在停經之後更年期之症狀。例如臉部潮紅等十分有效，它主要作用會增進腦下垂體的功能，而且會促進下視丘腦內啡(Endorphine)的釋出。

某篇臨床研究發現八位停經後婦女及十三位卵巢切除病患每天服用 300 毫克穀維素，長達 38 天，結果有三分之二患者更年期症狀減輕一半以上。另篇醫學研究發現每天服用 300 毫克穀維素，結果有 85%的病患症狀改善。

雖然穀維素近三十年來被定位為調節自律神經失調的健康食品，但是近年來醫界對於它會影響到血脂的新陳代謝深感興趣。1982 年日本 Ishihara 教授針對四十位更年期婦女給予每日穀維素 300 毫克的劑量，長達 4~8 週，發現八成五的患者完全復原，而且穀維素可以有效地降低總膽固醇、三酸甘油酯及低密度膽固醇。更年期患者血中過氧化脂質(Lipid peroxides)的濃度原本就比較高，穀維素可以明顯地使該項指標恢復正常。

穀維素是一種抗氧化劑，應用在皮膚科而言，它具有皮膚抗老化功效，還具有吸收紫外線的作用，所以它可以作為美白劑或防曬乳霜，主要是因為它內部成份含有阿魏酸(Ferulic acid)。與維他命 E 相比較，穀維素是一種更強而有力的抗氧化劑，而且抗熱性更高，兩者若能當作健康食用合併一起使用，更可增強彼此的抗氧化作用。每日服用 200 毫克的穀維素還可保護腸胃道粘膜，1985 開始日本醫界把它用來治療腸道滲漏癥候群之患者。也有部份消化道醫學專家把它應用在其他之腸胃道疾病包括各種胃炎所引起的噁心、嘔吐、腹脹、胃痛、

灼熱感等等。