



何謂葡聚多醣體(β -glucan)

葡聚多醣體是一種以 D-葡萄糖為單位的葡萄糖聚合物，是構成植物、酵母菌及真菌細胞壁結構的大分子成分之一。葡聚多醣體是 Pillemer 博士於 1940 年代首先在酵母菌的細胞壁當中發現的，是一種具有調節免疫力的自然物質。

葡聚多醣體因為具有調節免疫系統、抗癌抗菌、降低膽固醇等功效，因此在醫學界有廣泛的用途。葡聚多醣體在美國也已經通過美國食品藥品管理局 (Food and Drug Administration 簡稱 FDA) 的認可，是一種安全的食品添加劑。

來源：葡聚多醣體廣泛地存在於微生物、真菌及植物的細胞壁當中，包括酵母菌、乳酸菌、蕈菇類(如香菇、靈芝、牛樟芝)、蟲草等。

生理功能

(一) 調節免疫系統

葡聚多醣體可以活化人體內的各種免疫細胞，如巨噬細胞、T 淋巴細胞、B 淋巴細胞以及自然殺手細胞等，全面刺激人體的免疫系統，使身體能更有效的對抗各種病菌。除此之外，還具有雙向調節免疫系統的功能，能夠平衡免疫系統的發展，避免因為免疫系統錯亂而導致過敏的產生。

(二) 抗菌消炎

葡聚多醣體因為具有強化免疫機能的功效，所以能夠提高人體對於病原菌的抵抗力，例如葡萄球菌、大腸桿菌、白色念珠菌等。

保健功效

(一) 改善過敏症狀

過敏之所以會產生，是因為身體的免疫系統發展不平衡而導致的。而葡聚糖具有雙向調節免疫系統的功能，所以可以有效的改善及預防過敏症狀的發生。除此之外，葡聚多醣體還可以提供腸道內的益生菌養分，促進益生菌的生長，因此若是將兩者搭配使用的話抗過敏的效果會大大的提升。

(二) 增強免疫細胞

葡聚多醣體可以提升人體防禦機制並且增強免疫細胞的攻擊性，因此能提升人體的抗癌效果及抑制癌細胞的增長。