

富氫水對人體的十大作用

2017-08-16 發表于健康

1.富氫水對人身體氧化的作用

大量生物學研究證據表明，氫氣是目前被確定具有選擇性中和自由基和亞硝酸陰離子作用的唯一具有選擇性抗氧化的物質，這正是氫氣對抗氧化損傷治療疾病的分子基礎。另外，氫分子體積極小，可快速滲透擴散至全身，能穿透各類生理屏障和細胞膜，進入細胞核，帶走一般手段無法消除的惡性活性氧。更重要的是，氫氣在清除活性氧後自身可以變成水被人體利用，不會影響其他良性活性氧和生物分子的正常功能。氧化體現在人體的方方面面，包括皮膚問題、心腦血管問題、免疫性疾病、惡性腫瘤以及衰老等等，長期飲用富氫水可以增強免疫力改善膚色、膚質、淡化色斑、老年斑等等。

2.富氫水對人體代謝修復的作用

代謝修復指物質和能量代謝機能逐漸恢復的過程。大量脂肪、糖類、嘌呤的攝入會加重代謝系統負擔，長此以往，代謝功能發生紊亂，對上述物質的處理能力下降，導致代謝性疾病。富氫水通過平衡內環境，全面修復代謝功能，從根本上改善包括高血脂、糖尿病、高血壓、高尿酸血症、痛風等代謝相關性疾病。

3.富氫水對抗衰老的作用

來自日本的一項研究發現，常年飲用富氫水的百歲老人產氫能力異常強大，是普通人的三倍以上。眾所周知，百歲老人罹患心血管疾病和癌症的比例遠低於普通人，該研究不僅證實了氫氣的抗衰老作用，結合其他研究，進一步證實氫氣在防治心腦血管疾病、惡性腫瘤等方面的價值。

4.富氫水對慢性疾病的作用

國際權威試驗證明，富氫水中的氫氣可減少氧化損傷、炎症性損傷、細胞凋亡等病理症狀，對 60 多種人類常見疾病類型如心腦血管疾病、腦血管疾病、惡性腫瘤、慢性呼吸系統疾病、腦脊髓創傷、老年痴呆症、糖尿病、腎病等，具有理想治療效果。國內的泰山醫院做了列入人體代謝綜合症，效果非常明顯。但是這個東西還不是藥，這是一個和

奇特的現象。不過在日本富氫水已經申請藥品批號，計劃用於減輕癌症性化療過程中病人不良反應。

5.富氫水對過敏性疾病的作用

過敏分很多種，包括皮膚過敏、呼吸道過敏、腸道過敏，但無論哪一種過敏都與體質和免疫密不可分。富氫水雙向調節免疫，重建免疫平衡，徹底改善過敏體質，對濕疹、蕁麻疹、過敏性鼻炎、過敏性哮喘、食物不耐受、慢性結腸炎等各種過敏改善效果顯著。

6.富氫水的減肥效果

日本醫科大學的太田成男教授於 2011 年 2 月在國際著名的學術雜誌《肥胖》（《Obesity》）上發表文章，介紹了利用富氫水進行減肥研究的實驗結果。通過動物實驗，證明氫氣可以治療二型糖尿病，對正常高脂飲食引起動物脂肪肝也具有顯著治療效果，得出結論，長期飲用富氫水可以在不減少飲食和飲水量的條件下降低動物體重，減少體脂肪，也就是說具有減肥作用。

富氫水可以顯著促進人體新陳代謝，有很好地減肥效果，尤其對於超重比較多的女性。配合適量的運動和適當的飲食控制，效果會更加理想。

7.富氫水對高血壓改善的效果

富氫水所含有的氫素電子，可以防止不飽和脂肪酸與活性氧相結合，生成過氧化脂質不飽和脂肪酸，令高血壓病得到改善。富氫水通過降低血液粘稠度、改善血管壁彈性來調節血壓。堅持飲用富氫水高血壓患者可在 3-6 個月內逐漸減少對藥物的依賴。

8.富氫水對糖尿病的改善效果

氫分子醫學在糖尿病及其併發症方面有大量的研究，證實氫氣可以改善胰島分泌功能，調節糖脂代謝，降低血糖，同時改善末梢循環障礙，減輕糖尿病眼底病變、皮膚潰瘍等併發症。

9.富氫水對痛風、高尿酸血症的效果

痛風的患病基礎是高尿酸血症，治療的關鍵是「平穩降尿酸」。富氫水可以促進嘌呤代謝，逐漸降低血尿酸水平。一般飲用富氫水 3-6 個

月左右，高尿酸血症患者的血尿酸水平會顯著改善，痛風不再發作或症狀減輕。

10.富氫水對類風濕性關節炎的作用

富氫水中的氫氣治療類風濕關節炎的目標是控制全身炎症，提高免疫力，從而緩解病症，改善健康狀況。另外氫氣分子小，滲透性好，可以穿透關節滑膜，進入關節腔，疏通微循環，達到消炎止痛效果，徹底解決風濕關節炎等問題；富氫水最大的優點是沒有任何毒副作用，這也是目前治療風濕關節炎藥物無法解決的問題。