

生物论文

被称为“金津玉液”的唾液

唾液在我们日常生活中无处不在，进食，说话，消化等情况都有唾液的参与。现在的称呼将唾液叫做“口水”通俗易懂，且中性。但在古时候，有一些中医学家叫唾液为“金津玉液”，这是为什么呢？这篇论文中，我将通过搜索到的资料结合自己的思考讨论这个问题。

唾液是牙齿的外部环境，起到缓冲、洗涤、抗菌、抑菌的作用。稀薄而丰富的唾液有助于清洁牙齿表面，减少细菌和食物残渣的堆积，也有助于稀释酸性产物。同时，唾液的性质和成分也影响着细菌的缓冲能力和生存条件。唾液是一种消化液，大部分是水，还含有粘蛋白和淀粉酶。唾液不仅可以滋润口腔，软化食物，便于吞咽；淀粉酶能促进淀粉分解成麦芽糖，增强消化；唾液还可以清除口腔内的食物残渣和异物，保持口腔清洁。此外，唾液中还含有溶菌酶，具有杀菌作用。粘蛋白可以保护胃粘膜，增加其防腐作用。唾液就像口腔的清道夫一样，维护着口腔的卫生。

《素问·经脉别论》中说：“饮入于胃，游溢精气，上输于脾，脾气散精，上归于肺，通调水道，下输膀胱，水精四布，五经并行。”意思是说，津液经过胃、脾、肺，传播到全身所有血管。唾液中含有天然抗癌因子。如果人体内有一些会促进癌细胞生长的条件，唾液可以干预甚至杀死癌细胞。所以中医自古以来就很重视口水养生，俗话说“日咽唾液三百口，保你活到九十九。”唾液有这样的作用，如果人们每天遵循规律，能对自己的健康起到一定的作用。

《本草纲目》记载：“人有病，则心肾不交，肾水不上，故津液干而真气耗也。”李时珍指出：“津液乃人之精气所化。”古代医学家认为“津”系“精”所化，精盈则肾水上升，化为津液，津液再予咽下，能润心，使心火免于过盛，阴平阳。秘谓之“自饮长生酒”。因此，古人常以吞咽津液达到祛病强身、益寿延年之效。

更不可思议的是，德国巴伐利亚有一家奇特的皮肤病医院，用奶牛的舌头舔病人的皮肤，治疗神经性皮炎和头癣，也很有效；前苏联的科学家用“唾液疗法”治疗了一些久治不愈的顽固性皮肤病，也取得了意想不到的成功。

如明代养生专家冷谦在《衰老精要》中记载：“面色憔悴，是思虑过度，操劳过度所致。每天早上，你安静的坐着闭上眼睛，专心的睁着眼睛，期待着，由内而外。用手搓热，七次抚脸，仍用口水洗脸，搓几次。按照这个方法，旅行半个月后，皮肤会变得光滑，脸色会变得愉悦，比一般的好。”

有着如此多宽泛而神奇的例子，从科学角度细致地来看，唾液到底是如何达到这些效果的呢？

这一系列神秘的作用最终被美国的科恩博士揭开，他发现唾液中有两种珍贵的蛋白质：表皮生长因子(EGF)和神经生长因子(KGF)。前者是一种由 53 个氨基酸组成的多肽，能促进细胞的增殖和分化，用新的活力细胞代替衰老和死亡的细胞，具有加速皮肤和粘膜伤口愈合、预防溃疡等特殊功效。后者具有促进神经生长的作用，可使断裂的神经末梢生长延

伸，将切断的神经“焊接”起来，使受伤的皮肤尽快恢复感觉和运动功能。科恩获得了1986年诺贝尔生理学 and 医学奖。

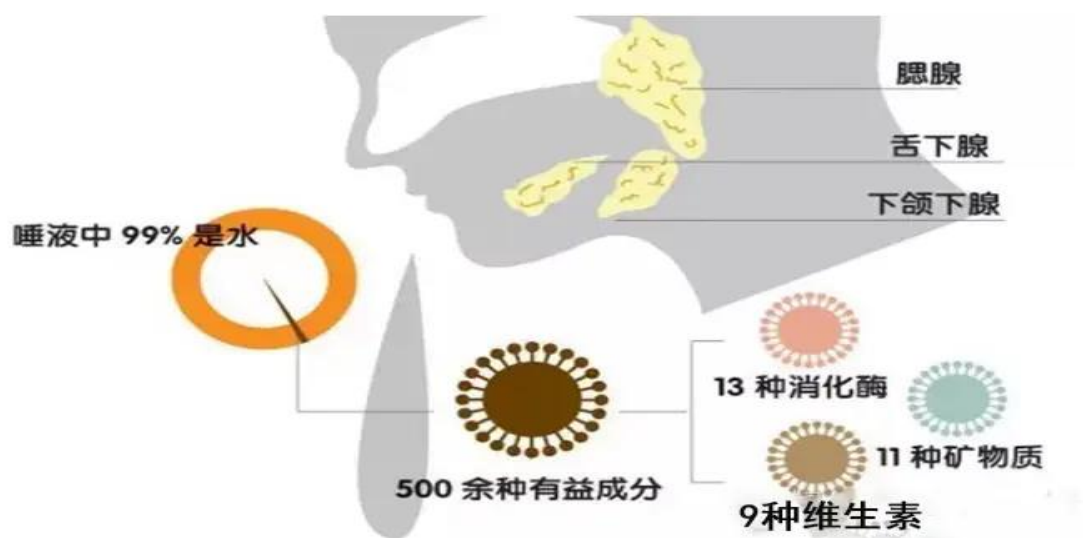
美容养颜抗衰老方面，医学研究发现，唾液是由血浆产生的。其中一些成分是皮肤细胞的最佳营养成分，不会引起皮肤过敏。唾液中含有多种生物酶，如溶菌酶、淀粉酶等，呈弱碱性，能消除面部皮肤分泌的油脂，杀灭面部的一些细菌，避免面部出现疖、斑。所以以往脸上涂口水往往会有意想不到的效果。

唾液中还含有一种“返老还童”的激素。腮腺激素可以增加肌肉、血管、结缔组织、骨骼、软骨和牙齿的活力，特别是加强血管的弹性，提高结缔组织的活力。只要填充腮腺激素，血管、皮肤基质、结缔组织的功能就会加强，皮肤的弹性就会得到保持。但人到中年，腮腺开始萎缩，分泌的激素逐渐减少。有规律的咽液运动可以延缓腮腺萎缩。修复伤口，促进愈合。唾液有消炎止痛、止血、杀菌解毒的作用。人们在日常生活中抓挠一些皮肤时，总喜欢涂上一点口水来愈合和缓解疼痛。舌头，口腔和嘴唇被咬后，伤口愈合速度往往比其他部位快得多；动物受伤后，经常用舌头舔伤口。

唾液不仅有着这些作用，在网上我还查询到唾液独有的检测孕妇怀孕，癌症的病状的功能。

研究发现乳腺癌患者唾液中可检测到 c-erbB-2、CA15-3 等肿瘤抗原，卵巢癌的唾液标志物为 CA125 等。此外，心血管疾病、细菌和病毒感染性疾病等均可在唾液中检测到相应的生物标志物。

关于唾液检测怀孕，在显微镜下可以观察到孕妇的口水哪有一种锯齿状的晶体。这个发现已经被投入市场测试，不过仍然在探究中。



参考文献：

1. 百度百科
2. 葛 阳，程 磊，周 学东. 口腔微生物与肿瘤关系的研究进展[J] 华西口腔医学杂志

志 2014;32(5):527–531. [\[PMC free article\]](#) [\[PubMed\]](#) [\[Google Scholar\]](#)Ge Y, Cheng L, Zhou XD. Research progress on the relationship between oral microbial community and tumor[J] *West Chin J Stomatol.* 2014;32(5):527–531. [\[PMC free article\]](#) [\[PubMed\]](#) [\[Google Scholar\]](#)

3.Pushalkar S, Mane SP, Ji X, et al. Microbial diversity in saliva of oral squamous cell carcinoma[J] *FEMS Immunol Med Microbiol.* 2011;61(3):269–277. [\[PMC free article\]](#) [\[PubMed\]](#) [\[Google Scholar\]](#)

4.Mager DL, Haffajee AD, Devlin PM, et al. The salivary microbiota as a diagnostic indicator of oral cancer: a descriptive, non-randomized study of cancer-free and oral squamous cell carcinoma subjects[J] *J Transl Med.* 2005;3:27. [\[PMC free article\]](#) [\[PubMed\]](#) [\[Google Scholar\]](#)

5. 中华人民共和国人力资源和社会保障部，唾液之妙
http://www.mohrss.gov.cn/ltxgbj/LTXGBJyiliaobaojian/201208/t20120816_84695.html