

## วิตามินไม่ป้องกันโรคหัวใจ คนทั่วโลกเป็นล้านหลงกินกันมานาน

● นำเสนอเมื่อ 20 พ.ย. 2551

สถาบันวิจัยทางการแพทย์อันมีชื่อเสียงของอเมริกา  
เปิดเผยผลการศึกษาคั้งใหญ่และกินเวลานานที่สุดว่า วิตามินซีและอี ซึ่งมีผู้กินอยู่ประจำวันทั่วโลก  
จำนวนหลายล้านคน หวังว่ามันจะช่วยป้องกันโรคหัวใจอันหนักแล้วในหมู่ผู้ชายนั้น  
ความจริงไม่มีผลอะไรเลย  
ตรงกันข้ามวิตามินอีดูท่าอาจจะทำให้ความเสี่ยงกับการเกิดเส้นเลือดในสมองแตกสูงขึ้นด้วยซ้ำ

นักโภชนาการศาสตร์ของสถาบันวิจัยเมตสตาแห่งไฮอัสวิลล์ ในคณะผู้ศึกษากล่าวแจ้งว่า  
การศึกษานอกจากจะไม่พบว่าวิตามินทั้งคู่จะมีประโยชน์แล้ว “เรายังอดหวังถึงอันตรายที่อาจจะเกิดขึ้นไม่ได้”

รายงานผลการศึกษาซึ่งเผยแพร่ในวารสารของ “แพทยสมาคมอเมริกัน” กล่าวว่า  
แม้จะมีหลักฐานมากขึ้นว่า วิตามินอันเป็นสารต่อต้านอนุมูลอิสระด้วยกันทั้งคู่ ไม่ได้ป้องกันโรคหัวใจ  
และอาจจะก่ออันตรายขึ้นได้ แต่ก็ยังมีคนอเมริกันหลงกินกันอยู่มากถึงร้อยละ 12.

ขอบคุณข้อมูลจาก **ไทยรัฐ**