

# 비타민 C-E, 동맥경화 예방한다!

## CNN, 질병 진행 후에도 치료효과 ... 콜레스테롤 수치 낮춰

비타민C와 비타민E가 선천적으로 혈액 내 콜레스테롤 수치가 높은 소아 및 청소년의 동맥경화 예방에 효과를 갖는다는 연구 결과가 나왔다.

CNN 인터넷판은 미국 샌프란시스코 소재 캘리포니아대학(UC San Francisco)의 마거릿 잉글러와 같은 대학 및 오스트리아의 동료 연구진이 수행한 연구 결과, 소아 동맥경화 예방에 효과가 있으며 이미 진행된 동맥경화 증세도 비타민C, E를 복용하면 완화된다는 사실을 처음 입증했다.

잉글러 연구원은 동맥경화 증세를 보이는 어린이들에게 6주 동안 비타민C, E를 복용케 한 결과 혈관 기능이 뚜렷하게 개선돼 심혈관 계통 건강의 중요한 지표가 된다고 설명했다.

미국에서는 약 5000만명의 어린이가 높은 콜레스테롤 수치로 심장마비 등 심장질환 위험에 처한 것으로 추산된다.

전미심장협회는 콜레스테롤 수치가 200 이상, <나쁜 콜레스테롤>로 불리는 저밀도 지단백질(LDL) 수치가 130 이상인 경우를 고 콜레스테롤로 정의하고 있다.

콜레스테롤 저하제는 성인에게 효과가 있지만 어린이가 복용하면 심각한 부작용을 낳는 단점이 있다.

<Chemical Journal 2003/08/13>