

健康

浣滃

鎏 賤 贛 浜 庸 緬 2007/05/23 13:12

在生活和工作节奏日益紧张的现代社会，不少人忙得连做饭的时间都没有。于是，人们开始吃快餐，后来发现不少快餐不营养不卫生，干净方便的半成品食物随之出现。然而，瑞典饮食专家公布的最新一项调查结果显示，经常食用半成品食物的人容易患上癌症。

为了检验食物和健康之间的关系，瑞典的饮食专家在全国范围内进行了一项饮食对人体健康影响的科学调查。研究人员随机走访了6.45万名不同职业和年龄的人，并对他们平时的饮食习惯和身体是否患有疾病进行了归纳统计。调查结果发现，受访者中患有诸如乳腺癌、皮肤癌、膀胱癌等各种癌症的人，都经常食用半成品食物；而那些身体非常健康的人则往往自己动手做饭。

针对上述调查结果，瑞典饮食专家表示，半成品食物最大的缺陷，就是糖和其他调料的含量过多，食物的新鲜度也不够。被人体摄入的过多糖分和调料，会在皮肤和血液中堆积，时间长了，这些过多的糖分和调料很容易引起内脏和皮肤细胞发生癌变，从而引发人体患上各种癌症。