



優質生活新改變 肉桂點只調味料咁簡單？

國際科學家與本港學生分別對肉桂進行科學研究

最新的科學研究指出，糖尿病患者只需每天食用半茶匙肉桂，便能大幅減少血糖量；而把肉桂條泡在茶裡亦能有同等功效。其實，很多人並未察覺自己有高血糖問題，所以除糖尿病患者外，肉桂更可造福數以百萬計的高血糖人士。此外，肉桂亦有助減低血脂，以及減少血液中「有害」的膽固醇。(資料來源：*Diabetes Care*, vol 26, p 3125)

相片來源:

<http://en.wikipedia.org/wiki/Cinnamon>

以上只是肉桂替優質生活帶來的部分好處。在香港，五位就讀於聖公會李炳中學的學生則研究以肉桂來防霉。他們說：「時至今日，人們的環境衛生意識不斷提高，對哮喘病患者而言，霉菌就更為可怕，即使少量霉菌也可令他們發病。再者，有研究指出，居住在乾爽環境的人要比居住於潮濕環境的人健康。由此可見，霉菌對人類的影響的確很大。我們因此決心研究抑制霉菌生長的方法」。

剋霉桂

五位學生於 2003 年底正式組成研究小組。起初，他們希望從植物中提取一種既能防霉，又對環境無害的物質，以減輕物件發霉的情況。在云云植物中，他們選取了蒜頭、夾竹桃、白果及肉桂作為研究題材。經過不同的研究和實驗後，他們發現肉桂具有最佳的防霉功能。在大約三個月的時間裡，他們分別用了煮沸、蒸氣蒸餾及溶劑萃取三種方法，嘗試從肉桂中提取最能防霉的成分。另外，為了找出最有效的提取方法，他們進行了一連串化學試驗、紫外線光譜分析和高壓液相色層分析實驗。「我們嘗試利用肉桂的特性自製簡單的防霉工具，例如把它加入鞋墊以防治香港腳，或把它製成防霉塗料等。」



剋霉桂這個研究項目替聖公會李炳中學贏得 2004 年香港學生科學比賽 (www.hksspc.gov.hk) 冠軍，項目組長文嘉欣更將代表香港參加本年中舉行的「英特爾國際科學與工程大獎賽」。這是全球最大型的中學生科學比賽，並即將於美國亞歷桑拿州的鳳凰城舉行。