

LIVING WELL

信者失救

文：袁維康

路透社REUTERS、有線新聞網絡CNN、美國廣播公司ABC、英國廣播公司BBC等等，名字響噹噹的傳媒機構，在報道政治、經濟、民生的課題時，一向都富某程度的公信力。然而，不知何故，在醫學及營養健康話題上，失實的標題和報道卻經常出現。

以服用維生素、礦物質補充品來預防，甚至治療疾病，在自然醫學裡，是相當重要，亦是暫時獲最多科研實証的一環。每週我必收到多個有關這些補充品，能防治疾病，有正面科研成果的電郵。這些科研來自各地大學或研究所，新鮮出爐刊登於最新醫學文獻。它們多屬雙盲或有對照組作比較，高規格的臨床科研。這些科研成果，若能被傳媒廣泛報道，必使西醫們對它們的功效刮目相看，亦使市民大眾更健康。但事與願違，傳媒慣性喜歡造謠生事，多於造福人群。

各大報章、電台等的傳媒，無論本土或外地，永遠只大字標題報道，偶爾相關的負面新聞。這些有負面成果的科研，大多在我們專業角度的解讀分析下，不難找出其可犯駁的地方。諸如劑量太少、測試時間太短、應用錯誤、實驗人數過少、甚至用錯物質(即名稱相同但化學構造有異的物質)等等。這些的科研，旨在刻意抹黑，來打擊營養補充品的銷路，誤導市民，令大眾以為世上只有專利的西藥最好。這些別有用心「偽科研」，卻成為傳媒的寵兒，可大肆渲染的好題材。令人氣憤的是，最近更離譜，將一項服用營養補充品，有正面明顯防治功效的科研，刻意歪曲成負面，一無是處兼浪費金錢的垃圾。

《科研証實常見的維他命無助婦女心臟》"COMMON VITAMINS NO HELP FOR WOMEN'S HEARTS-STUDY"，路透社以此大標題報導，刊登於內科文獻《ARCHIVES OF INTERNAL MEDICINE AUG 07》，一項來自BRIGHAM & WOMEN'S HOSPITAL的科研。這所哈佛大學醫學院的附屬醫院，對8171名年過40，及已患上心血管疾病，及或高危的婦女進行研究。希望研究出她們在每日服用的維他命C，及或隔日服用維他命E，及或胡蘿蔔素近十年後，能否減少這些病患或高危者，其中風、心臟病發及其他心血管病的發病機會率。暫時不深入分析此科研，只從科研人員在傳媒匯報說：「維他命E在統計學上，邊緣性地顯示出、能減低些少患有心血管病婦女的病發機會。」便可得知雖然是些少效果，但決不能說成無效，還要知道這些已是帶病的，而非健康的婦女。既然對病人已有些少效果，正常人應用在預防上，豈不應更顯效，怎可被歪曲，說成維他命是無助所有正常，未病婦女的心血管健康呢？！更荒天下之大謬的是，當我細讀此科研的全文後發現，實質上此項長達十年，有八千多名婦女參與的科研，原來是一項不可多得，能說明維他命，能防治心血管疾病的鐵証。因當科研人員將服用維他命組的眾婦女中，再抽出那些期間「確實」有每日或隔日服用維他命丸的婦女，與全無服用的監控組，再作比較時，則發現更顯效的結果：

只隔日服用維他命E600IU的女病患或高危者，降低心臟病發率22%

只隔日服用維他命E600IU的女病患或高危者，降低中風機會率27%

每日服用500毫克的維他命C及或隔日服用600IU的維他命E的女病患或高危者，降低中風機會率31%

只隔日服用維他命E600IU的女病患或高危者，降低中風、心臟病及其它類別心血管病致命個案的綜合機會率23%

服用低劑量的維他命丸，能將病人的復發率，降低兩至三成，絕不可形容成什麼「邊緣性」、「些少」的效果罷，因恐怕很多專利西藥也做不到。為何研究員在傳媒匯報時，不乾脆地說出此令人鼓舞的結果，反而公報那些，仍包括自認沒有依指示，按時服用的婦女在內，比較出來的「假數據」呢？！沒有按時服用，何來有療效？這是理所當然，反之亦然之簡單道理。

明眼人一眼便看穿，他們是在刻意隱瞞事實，避免觸怒醫學界裡，財雄勢大的既得利益者罷了。哈佛、路透如此，其它也許更甚。難怪療效超卓又無副作用的自然醫學，推廣起來寸步為艱，制肘重重，反而高副作用且昂貴的化學西藥，一直耀武揚威。

諸位要思考獨立，莫盲從權威，輕信流行傳媒，因為信者失救！

