喝豆漿可減壞膽固醇

秋冬是心血管疾病的好發季節，加上金融風暴以及失業率節節高升，國人在民生、心理上普遍承受極大的壓力，氣溫與壓力恐產生加乘效果，導致心血管病情惡化。根據醫學研究指出，長期累積的壓力會使人體的自主神經系統異常、腎上腺素分泌增加，導致血管收縮、心跳速度加快，加重心臟負擔，容易誘發心血管疾病。醫師表示，今年冬天，溫差與壓力恐出現加乘效果，國人宜從改善日常飲食作起，避免爆發心血管疾病潮。

豆漿內含豐富的大豆蛋白與大豆異黃酮，經研究證實，對人體膽固醇的調節有很好的助益。此外，根據醫學報導指出，每降低 1% 壞膽固醇，可減少 1% 的心血管疾病發生率。如以本次活動成果的降幅來推估，全國 200 萬高血脂上班族一同連續飲用認證豆漿，六週共可減掉 2 公噸的膽固醇，且心血管疾病發生風險可望降低 16%！