

食品级 维生素C 抗坏血酸

产品名称	食品级 维生素C 抗坏血酸
公司名称	河北科隆多生物科技有限公司
价格	28.00/公斤
规格参数	产地/厂商:河北 含量 :99 产品等级:优级品
公司地址	河北省邯郸市丛台区光明北大街与望岭路交叉口西南角光明商贸中心C座6层F号（注册地址）
联系电话	13503100742

产品详情

维生素c（英语：vitamin c，又称l-抗坏血酸）是高等灵长类动物与其他少数生物的必需营养素。抗坏血酸在大多数的生物体可借由新陈代谢制造出来，但是人类是最显著的例外。最广为人知的是缺乏维生素c会造成坏血病。在生物体内，维生素c是一种抗氧化剂，保护身体免于自由基的威胁，维生素c同时也是一种辅酶。其广泛的食物来源为各类新鲜蔬果。

药物作用

维生素c为抗体及胶原形成，组织修补（包括某些氧化还原作用），苯丙氨酸、酪氨酸、叶酸的代谢，铁、碳水化合物的利用，脂肪、蛋白质的合成，维持免疫功能，羟化与羟色胺，保持血管的完整，促进非血红素铁吸收等所必需。

在人体内，维生素c是高效抗氧化剂，用来减轻抗坏血酸过氧化物酶（ascorbate peroxidase）基底的氧化应力（oxidative stress）。

还有许多重要的生物合成过程中也需要维生素c参与作用

参与羟化反应。羟化反应是体内许多重要物质合成或分解的必要步骤，在羟化过程中，必须有维生素c参与。促进胶原合成。维生素c缺乏时，胶原合成障碍，从而导致坏血病。

促进神经递质（5-羟色胺及去甲肾上腺素）合成。

促进类固醇羟化。高胆固醇患者，应补给足量的维生素c。促进有机物或毒物羟化解毒。维生素c能提升混合功能氧化酶的活性，增强药物或毒物的解毒（羟化）过程。

还原作用。维生素c可以是氧化型，又可以是还原型存在于体内，所以可作为供氢体，又可作为受氢体，在体内氧化还原过程中发挥重要作用。

促进抗体形成。高浓度的维生素c有助于食物蛋白质中的胱氨酸还原为半胱氨酸，进而合成抗体。

促进铁的吸收。维生素c能使难以吸收的三价铁还原为易于吸收的二价铁，从而促进了铁的吸收。此外，还能使亚铁络合酶等的巯基处于活性状态，以便有效地发挥作用，故维生素c是治疗贫血的重要辅助药物。

促进四氢叶酸形成。维生素c能促进叶酸还原为四氢叶酸后发挥作用，故对巨幼红细胞性贫血也有一定疗效。

维持巯基酶的活性。

其他功能

解毒。体内补充大量的维生素c后，可以缓解铅、汞、镉、砷等重金属对机体的毒害作用。

预防癌症。许多研究证明维生素c可以阻断致癌物n-亚硝基化合物合成，预防癌症。

清除自由基。维生素c可通过逐级供给电子而转变为半脱氧抗坏血酸和脱氢抗坏血酸的过程清除体内超氧离子($O_2 \cdot^-$)、羟自由基($OH \cdot$)、有机自由基($R \cdot$)和有机过氧基($ROO \cdot$)等自由基；使生育酚自由基重新还原成生育酚，反应生成的抗坏血酸自由基在一定条件下又可被nadh2的体系酶作用下还原为抗坏血酸。

防治疾病

缓解白癜风

黑色素的生成、转移与降解过程中，任何一个环节发生障碍均可影响其代谢，导致皮肤颜色变化。经研究主要有以下几种情况：

酪氨酸—酪氨酸酶反应受到干扰便影响了黑色素的合成。以抗坏血酸（维生素c）为例，如在这一反应中加入抗坏血酸，就会阻止多巴进一步氧化为多巴色素，并使已合成的多巴酶被还原为多巴，以致黑色素不能合成。

很多白癜风患者就对vc特别敏感，看到某某含有vc就不敢食用，这其实是不必要的！对于vc的食用量，是要适量就行，毕竟它也是人体不可缺失的。

降低癌症发病

全世界专家们研究清楚地表明，每天吃新鲜水果，特别是柑桔类水果，胃癌、食管癌、口腔癌、咽癌及宫颈癌的发病率会大大降低，还有些研究指出含维生素c丰富的水果有助于预防结肠癌和肺癌。

在美国，30年代胃癌在死亡病因中占第一位，近年来胃癌下降到第七位，研究人员意识到，这种超常的健康趋势并不是归功于任何医疗措施，事实上是由于食物有了冰箱冷藏，加以空运发达，人们能够吃到更新鲜的水果和蔬菜，而吃盐腌或渍的食物相对的减少的缘故。日本北部胃癌发病率始终很高，那里人们喜欢用盐腌渍的食品，喜欢大酱、腌菜和咸鱼。虽有冰箱，但饮食习惯没有改变。另外，伊朗部分地区的胃癌发病率也很高，没有什么其他解释，只是因为人们营养太差，能进的水果与蔬菜很少，维生素c摄入量严重不足。专家们早已证明维生素a与肺癌的密切关系，现在美国路易斯安娜州立医学院的研究发现，维生素e和维生素c的水平降低，对肺癌有着更为重要的联系。此外，多项研究分别证实，摄入维生素c不足，与子宫颈癌、直肠癌的多发，均有密切关系。

维生素c能阻断致癌物亚硝酸铵的形成。盐腌、渍和熏制食品含亚硝酸盐（咸肉、香肠之类也一样），亚硝酸盐与胺在胃中结合形成致癌物亚硝酸铵。不少亚硝酸盐也来自新鲜食物，它们开始是以硝酸盐形式存在，那是植物生长的必需元素，唾液中的细菌使自然硝酸盐变成一回亚硝酸盐，在胃酸作用下，亚硝

酸盐会合成亚硝酸铵。这些情况下不知不觉地在你胃中进行除非你吃了含维生素c的食物。专家们的研究表明：将亚硝酸盐与胺放在一起，同时加入维生素c，维生素c能阻断亚硝酸胺的形成。

动物实验显示：小鼠喂以亚硝酸盐和胺后得了肿瘤，而在食物内加入维生素c，显示出肿瘤被抑制。这是因为亚硝酸盐首先与维生素c反应，导致没有足够的亚硝酸盐与胺结合成亚硝酸胺。在进食的时间时里，维生素c与亚硝酸盐反应最佳，因为这时胃的酸度正好发挥维生素c催化剂作用。上述情况同样发生在胃里，蔬菜中虽天然地含有亚硝酸盐，但同时也含有足够的维生素c。因此，你不必为食用蔬菜担心，问题是注意蔬菜的保存和烹调，尽量减少维生素的损失。

临床研究发现，各类晚期癌症注射大剂量维生素c，每天10 - 30克，能明显地延长患者的生存期。大量摄入维生素c，可以制造大量免疫球蛋白，可以使抗癌的淋巴细胞高效率地发挥作用（但大量的维生素c有使吞噬细胞降低吞噬能力的作用）。英国科学家们也观察到，人们白细胞中维生素c的含量与年龄成反比。也就是说，随着年龄的增加，白细胞中维生素c含量呈下降趋势（也许，这也是老年人免疫功能较差、癌症易于在老年人向上发生的因素之一）。若给老年人每天补充维生素c80毫克，9个月之后，其白细胞维生素c含量可恢复到年轻人水平。还有人认为血液中维生素c水平的高低，与老年人的寿命长短成正比例。一美国医生说，他发现血液中维生素c水平高的人寿命长。虽说这类研究目前还有待于进一步的佐证，但癌症患者体内维生素c的水平无一例外都很低。两者联系起来考察，无疑向我们提示着维生素c不容忽视的作用。此外，专家们认为维生素c还具有良好的抗氧化作用，能抑制某些化学物质氧化为致癌物；能阻断致癌物的活化；英国的研究人员测定补充维生素c(1000毫克，每日4次，为期一周)前后受试者胃液中诱变剂的活力，发现补充后活力降低近半。

维生素c对植物的作用

维生素c是一种抗氧化剂，能帮助植物抵抗干旱、臭氧和紫外线。维生素c保护植物免受光合作用中有害副作用的侵害。

维生素c能抗坏血病，故又称抗坏血酸。是广泛存在于新鲜水果蔬菜及许多生物中的一种重要的维生素，作为一种高活性物质，它参与许多新陈代谢过程。近几年来在植物衰老和逆境等自由基伤害理论的研究中，维生素c作为生物体内对自由基伤害产生的相应保护系统成员之一，更引起了人们的研究兴趣。因此对其含量的测定，可作为抗衰老及抗逆境的重要生理指标，同时对鉴别果树品质优劣、选育良种都具有重要意义。

维生素c的主要食物来源是新鲜蔬菜与水果。蔬菜中，辣椒、茼蒿、苦瓜、豆角、菠菜、土豆、韭菜等中含量丰富；水果中，酸枣、鲜枣、草莓、柑橘、柠檬等中含量最多；在动物的内脏中也含有少量的维生素c。

每100g食物中vc含量排名(mg)（数据引自《中国食物成分表2012修正版》）

1	枣（鲜）	243
2	辣椒（红小）	144
3	枣（蜜枣，无核）	104
4	大蒜（脱水）	79
5	萝卜缨（白）	77
6	茎用芥菜（青菜头）	76
7	芥菜（大叶芥菜）	72
8	青椒（灯笼椒，柿子椒，大椒）	72
9	番石榴（鸡矢果，番桃）	68
10	油菜苔	65
11	猕猴桃（中华猕猴桃，羊桃）	62
12	辣椒（尖，青）	62
13	菜花（花椰菜）	61

14	红菜薹	57
15	汤菜	57
16	苦瓜（凉瓜，赖葡萄）	56
17	菜节（油菜苔，油菜心）	54
18	红果（山里红，大山楂）	53
19	西洋菜（豆瓣菜，水田芥）	52

维生素c的吸收

维生素c结构式吃入的维生素c通常在小肠上方（十二指肠和空肠上部）被吸收，而仅有少量被胃吸收，同时口中的黏膜也吸收少许。

从小肠上方被吸收的维生素c，经由门静脉、肝静脉输送至血液中，并转移至身体各部分的组织。

当人吃入维生素c之后，脑下垂体、肾脏的维生素c浓度最高，其次是眼球、脑、肝脏、脾脏等部位。当体内维生素c总储存量小于300毫克时，就有发生坏血病的危险，人体最大的储存量为2000毫克。

小肠的吸收率视维生素c的摄取量不同而有差异。当摄取量在30-60mg时，吸收率可达100%；摄取量为90mg时，吸收率降为80%左右，摄入量为1500mg时降为49%，摄取量为3000mg时降为36%，摄取量12000mg时降为16%。

吸收率除了受到摄取量影响外，也会受到发烧、压力、长期注射抗菌素生素或皮质激素等影响而降低。也因饭后和空腹而有所不同，因个人摄取的差异也有不同。

根据吸收率的大小，维生素c较有效的摄取，以一日三次、餐后马上摄取为佳，而且这样也可预防因高剂量的维生素c所带来的副作用。

胃肠道吸收，主要在空肠。蛋白结合率低。以腺体组织、白细胞、肝、眼球晶体中含量较高。人体摄入维生素c每日推荐需要量时，体内约贮存1500mg，如每日摄入200mg维生素c时，体内贮量约2500mg。

维生素c的代谢

维生素c在体内的代谢过程及转换方式，目前仍无定论，但可以确定维生素c最后的代谢物是由尿液排出。如果尿中的维生素c的浓度过高时，可让尿液中酸碱度降低，防止细菌孳生，所以有避免尿道感染的作用。

草酸是维生素c的其中一个代谢产物，它的排出量因人而异，平均一天有16-64mg的草酸由尿中排出。一般人担心过多的草酸会造成结石，其实身体中草酸的含量，除一部分由维生素c代谢而来外，其余大部分是直接由食物中摄取，或是由氨基酸类食物代谢所产生。

由实验得知，即便是摄取高量的维生素c，尿中草酸量并不会因此而增加，因此无须担心维生素c带来结石的问题。

维生素c经由肾脏排泄，所以肾脏具有调节维生素c排泄率的功能。当组织中维生素c达饱和量时，排泄量会增多；当组织含量不足时，排泄量则减少。肝内代谢，极少量以原形或代谢产物经肾排泄。当血浆浓度大于14 $\mu\text{g/ml}$ 时，尿内排出量增多。可经血液透析清除。

注意事项

加热、光照、光照、长时间储存都会造成维生素的流失和分解。寄生虫、服用矿物油、过量的膳食纤维等会妨碍维生素的吸收。

本产品的产地/厂商是河南，含量是90（%），产品等级是优级品，执行质量标准是国标，CAS是有