

## **[Headline]**

營養科學的未來 | Kevin Spelman 博士

## **[Title Slide]**

研究發展團隊正在研究什麼？

食物即信息

## **[Transcript]**

嗨，我是 USANA 公司研究發展執行副總裁 Kevin Spelman 博士。

我常被問到很多關於食物的問題，以及食物跟我們健康的關係。我認為食物本身以及它跟我們健康的關係有一個真正的特點，那就是：食物本身就是信息。如果您想想關於食物的分解和食物中所有的分子，其中某些分子實質上就是信差，它們傳輸並攜帶信息。我把他們當做是信差分子或通訊分子。如果我們吃的是營養的食物，它們就會觸發我們生理上健康的活動。如果食物沒有營養，那麼我們就會得到錯誤的信息。我們的狀況就是我們的細胞可能獲得毫無意義或並非真正有意義的信息。

而真正重要的是要時刻想到食物即信息，是給我們身體的信息、給細胞的信息、以及給我們體內分子途徑的信息。如果忽略了這些，我們往往會錯過食物的主要功能，以及這對我們健康造成的影響。此外，我們也會面臨一種狀況，就是從環境中獲得錯誤的信息。因為不管是殺蟲劑或一些化學毒素，或速食，的確都會提供錯誤的信息；其實，那並非真正的食物，我們祖先從來沒有見過速食。

以上這些只是開場白，其餘的部份留待 8 月 25 日 USANA 在 2016 年國際年會展開營養科學的新紀元時揭曉。

## **[YouTube Description]**

USANA 研究發展執行副總裁 Kevin Spelman 博士說明食物即信息的概念。

USANA 科學家們正專注於利用人體的天然智慧打造最理想的健康狀態，他們的發現即將開啟營養科學的新紀元；這個新紀元將於 8 月 25 日在 USANA 的 2016 國際年會時展開。

## **[FDA Disclaimer US Only]**

這些內容未經美國食品暨藥物管理局的審閱。這些產品不用於診斷、治療、醫治、或預防任何疾病。