

# 神奇的纳豆激酶（NK） ——终结心脑血管疾病的奥秘

（日）须见洋行 李国超 著



纳豆具有惊人的血栓溶解力  
从普通纳豆菌中提取的超强成分——纳豆激酶（NK）  
比药物有更强力的血栓溶解作用  
无臭味、无副作用  
不喜欢纳豆的人也可以用  
对心肌梗塞、脑梗塞、老年痴呆症等  
心脑血管疾病患者有着极强的效果

# 神奇的纳豆激酶(NK)

——终结心脑血管疾病的奥秘

(日)须见洋行 李国超 著

 大连出版社

© (日)须见洋行 李国超 2009

图书在版编目(CIP)数据

神奇的纳豆激酶(NK)/(日)须见洋行,李国超著. —大连:大连出版社,2009.4

ISBN 978-7-80684-755-8

I. 神… II. ①须… ②李… III. 豆制品—食品营养 IV. R151.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 042116 号

特邀编辑:郭卫军 王 宇

责任编辑:宋 军 李 雷

封面设计:朱兰兰

版式设计:徐丽红

责任校对:于孝锋

责任印制:徐丽红

---

出版发行者:大连出版社

地址:大连市西岗区长白街 10 号

邮编:116011

电话:(0411)83620442/83620941

传真:(0411)83610391

网址:<http://www.dl-press.com>

电子信箱:[cbs@dl.gov.cn](mailto:cbs@dl.gov.cn)

印刷者:沈阳新华印刷厂

经销者:各地新华书店

---

幅面尺寸:140mm × 203mm

印 张:5.25

字 数:70 千字

---

出版时间:2009 年 4 月第 1 版

印刷时间:2009 年 4 月第 1 次印刷

印 数:1 ~ 12000 册

书 号:ISBN 978-7-80684-755-8

定 价:10.00 元



# 中国需要高品质的纳豆产品

## (中文版序言)

自从 1980 年发现纳豆激酶的神奇功效以来,至今差不多快到 30 年了,而这 30 年恰恰是世界发生翻天覆地变化的 30 年,许多高新科技的成果被发现、被应用。

就我所从事的纳豆研究及应用方面而言,也有重大的飞跃。

首先,最重要的一点,就是我在纳豆菌丝里提取出来一种重要的成分,那就是 FAS。FAS 不是中文所说的“粉丝”,而是一种从纳豆中提取出来的活性成分。它进入人体之后,可以激活人体内自动消除血栓的成分;长时间作用,会让人体恢复自己调节血栓的能力,不再依赖外部的补给,从而大大降低人体突发心脑血管疾病的概率。

此外,关于纳豆类产品的生产技术我们也提高了很多,现在可以将纳豆激酶类产品做成液态的了,这也是



很重大的一个突破。用这种液态的、软胶囊的技术,可以解决纳豆类产品在常温下保持活性的难题,使纳豆产品由以前在冰箱里3个月的保存期,变为现在的在常温下长时间保存了;同时,液态软胶囊还可以使它绕过胃部,到了肠道才崩解作用。

这样又有三个方面的好处——

第一,减少对胃黏膜的损耗,因为大多数中老年人的胃部本身都有问题。

第二,加长了有效成分在人体里的滞留时间,将可以解决凌晨“魔鬼时间”人体里心脑血管药物真空的问题。

第三,更利于吸收,采用现在这种技术制成的产品是传统纳豆产品吸收效果的10倍以上。

最后,还有一个重大的突破,就是我们通过纳豆调节酶成分,有效地解决了传统纳豆产品不能和抗凝血剂同时服用的矛盾,最大限度地解决了广大患者服药的安全性;这其实也是挡住了一部分保守医疗人士的嘴巴。

今天,针剂纳豆激酶,已经纳入了日本心脑血管的抢救方案中。

当年,为了尽快让纳豆激酶在日本、在东亚、在全世界迅速推广开来,造福更多人们的健康,我并没有申请



独家专利。今天看来,喜忧参半,高兴的是确实有很多人知道了纳豆,受益于纳豆;担心的是很多机构在粗制滥造纳豆,不求进取,有的生产技术仍然还停滞在我1980年、1987年公开的研究成果阶段,所以纳豆激酶的神奇威力自然大打折扣,以至于很多中国、韩国的朋友都在网上抱怨:我发现和强力推荐的纳豆激酶,并没有我在本书中所讲的那么神奇。

在这里想说一句,诸君真是冤枉纳豆和纳豆激酶了,它的功效是毋庸置疑的。这么多年的研究证明,它的神奇之处只能比本书中所讲的更多,而不是更少。问题出在生产商的工艺、原料以及他们的责任心方面。所以,这次,我把这十多年关于纳豆及纳豆激酶的最重要的科研成果,都聚集在高N肽纳豆软胶囊上了,它就是目前世界上最完美的纳豆类产品,也是我多年含辛茹苦培养出来的“最争气的一个儿子”。它的身上寄托了我用纳豆“治疗心脑血管疾病、消灭各种中老年疾病”的理想。我们在日本成立了纳百恩株式会社,专门解决在研发和生产中出现的问题,并亲自在日本推广它;在其他国家甄别独家优秀合作者,并且独家授权推广它;所有的产品上都有我本人的头像。我将以我三十多年来的“纳豆对抗心脑血管”的研究经验和临床实践来担保



它的质量和效果,我当然也会定期监督这些合作机构的运作。

21 世纪的中国无疑是世界的亮点,这是日本和世界各国都必须承认的。这个古老国度的人们,正在逐渐富裕起来。当然,他们也会同时面临富贵病、老年病的折磨。中国的人口是众多的,中老年人的保健也是一个巨大的市场。

据说过去,有些日本企业总喜欢在与中国的合作中留一手,出手的往往是一些过期的设备和技术,这是很过分的错误的做法。中国实行改革开放以来,与中国的合作,日本是最早的,但现在日本在中国的收益已经远远地落在了美国、德国、法国、英国等国家的后面,是不是也有这方面的原因。

当然了,我们在纳豆及纳豆激酶的推广上,不会重复这个错误。我们将会用代表我们最先进技术的高 N 肽纳豆软胶囊首先在中国推广,而且还会不断地将最新的研究成果加进去,这是我们重视中国的一贯表现。

今年起,我们在中国推广正宗纳豆的事业上,将更加不遗余力。由于身体原因和更多的研发事务带来的压力,我不能过多的亲自前往中国去为之做科普推广。但我的多年的同道、纳百恩的同事大林正昭教授会更多



的与中国的合作者及需要健康的中国人们见面、交流。大林君一直和我在一起从事纳豆激酶的研发,很有心得,所以大林君辛苦了!我将在秋天,也就是收获的季节,在日本恭迎,等待着中国尊贵客人的到来。

其实,这种交流也是日中两国人民在纳豆交流史上续写的新篇章:昔日有鉴真大师将当时的纳豆食品——豆豉带到日本,丰富了日本民的食品,一千多年来一直被作为的美食享受;今天,我们将纳豆的最新产品——高 N 肽送到中国,让中国几千万慢性病患者重返健康!

在这里,借《神奇的纳豆激酶(NK)——终结心脑血管疾病的奥秘》一书中文版出版之际,再次向高 N 肽纳豆软胶囊的中国国内独家授权推广单位 香港国人健康管理集团的青年才俊们的努力工作表示敬意和谢意!对为本书中文版出版中做出努力的日中各方朋友表示感激和感谢!

由于我忙于研究工作没有更多时间进行修正,其中难免有不妥之处,万望中国同仁及中国的读者不吝指正。

须见洋行

2009 年 1 月



## 序 言

白驹过隙,从 1980 年在芝加哥罗宾斯研究所意外地发现纳豆激酶到现在,一转眼已经过去 30 年了。

现在,我每天仍然在同研究生们一起,从事从纳豆菌中提取酶类、维生素类以及抗菌成分等的研究,并且不断有新的成果和结论。以至于在我的办公室里,到处都是跟“NATTO”(纳豆)有关的东西。

其实,在当年,日本人潜在的崇洋媚外思想还是很严重,特别是在医学方面尤为显著。纳豆激酶刚被研究发现的时候,也曾被人质疑过。就连当时权威的国铁关系医院的院长也曾反对过。但是,随着科学技术的迅速发展,特别是大量的研究成果逐渐被医疗一线的事实证明,医学界逐渐改变了对纳豆激酶的偏见。今天,在日本的各大医院,纳豆激酶已经被广泛应用。特别是在对静脉血栓、房颤患者的治疗当中,使用由纳豆提取、调制而成的粉末,已经是很平常的做法了。

现在,纳豆的重要地位,已经被社会各界所广泛认



识。打开电视,经常会看到这样的科普节目 由权威的健康专家出面,来提倡我过去一直倡导的“每天早上吃纳豆”的健康理念。甚至在 NHK 电视台的黄金热播剧《赤穗浪士》的前后,也播放关于纳豆推广的科普节目。赤穗浪士的故事已经熟知了,可是大家还是一直很感兴趣,有关的电视收视率一直都很高,能将纳豆的宣传与这些热播剧放到一起,可见媒体已经认识到纳豆的重要性。

事实上,纳豆在日本作为药品和食物已经有上千年的历史了。但这并不能说明,我们对纳豆的认知,已经了如指掌了。这些年关于纳豆的理论实践,还在随着科技的进步而不停地向前发展。

就拿我本人来讲,在这几十年来的研究中,几乎每年都会有关于纳豆激酶的最新发现,每年都会有关于纳豆激酶的很多最新功能开发出来,而这些成果也会及时地、源源不断地造福日本,促进人类的健康。

本书大概地介绍了一下我们已知的纳豆激酶预防各种疾病的功效,希望让更多的人认识纳豆,由纳豆而走向健康。而研究人员仍在不懈地努力,以期人类从纳



豆这种上苍赐予的健康食品中,获得更多的恩惠!

尽管我和我的团队一直在很努力地研究,但相对于“纳豆”这个宏大的课题来讲,本书中的理论还是很浅显,关于纳豆激酶的功效也讲述的不是很详尽。但如果本书能对人类预防疾病起到一定作用,我们作为研究工作者就感到很欣慰了。

仓敷艺术科学大学教授 须见洋行

2009 年春



# 目 录

## 第一章 发现纳豆激酶

- 天哪！两小时血栓竟然溶解掉了！ / 1
- 困惑迷局中的一线光明 / 2
- 日本饮食习惯引发的乡愁 / 4
- 享口福意外成全了纳豆大名 / 5
- 纳豆的独特角色 / 9
- 纳豆激酶：直接和间接的双重溶栓功能 / 12
- 强力溶栓的食物只发现了纳豆 / 13
- 在傍晚吃纳豆是预防血栓最好的方法 / 14

## 第二章 心梗和脑梗的克星

- 纳豆激酶对脑梗塞、心肌梗塞的预防 / 18
- 已故前首相小渊的悲剧——脑梗塞 / 19
- 请注意脑梗塞的预警信号 / 21
- 血栓实际上就是纤维蛋白 / 22



- 可引发老年痴呆和痔疮的血栓 / 25
- 脑血管障碍包括脑梗塞和脑出血 / 27
- 疼痛难忍的心肌梗塞 / 28
- 人工溶栓在动物身上的实验 / 30
- 证明人体口服纳豆激酶也能分解血栓 / 32
- 逐渐改善眼底出血 / 32
- 在临床使用比血栓溶解剂有更好的疗效 / 33
- 通过饮食充分摄取纳豆激酶 / 34
- 纳豆激酶具有特殊的分子结构 / 35

### 第三章 纳豆激酶走出日本

- 美国人把阿司匹林用作血栓溶解剂 / 38
- 以饮食来预防不良生活习惯病 / 40
- 提取出纳豆激酶的机能食品 / 40
- 从极普通的纳豆菌提取出纳豆激酶 / 42
- 纳豆激酶研发中的瓶颈 / 43
- 终于攻克臭味难关 / 44
- 关于纳豆的安全性完全没有问题 / 45
- 使用特殊的胶囊能更有效的吸收 / 46



溶栓能力凌驾在药品之上的纳豆激酶 / 47

使用纳豆激酶预防其他血管疾病 / 48

#### 第四章 世界瞩目的纳豆力量

支撑了日本的长寿之国地位 / 51

支撑了日本人的健康 / 54

纳豆菌的力量 / 55

纳豆菌具有很强的生命力 / 56

深受饮食欧美化之害的日本人身体里发出了呐喊 / 58

牛肉和乳制品的增加 / 60

到处都是长胖的鸡 / 61

日本人的生命力在不断衰弱 / 62

纳豆比大豆更容易吸收 / 63

具有可净化血液、防止衰老等美容功效 / 64

可整顿肠内环境的纳豆 / 66

#### 第五章 纳豆攻克不良生活习惯病

一、控制高血压 / 68

高血压是各种不良生活习惯病的温床 / 68



纳豆有降压的作用 / 69

纳豆中含有的卵磷脂能抑制恶性胆固醇 / 71

纳豆含有高蛋白,不含胆固醇 / 72

亚油酸和亚麻酸能溶解有害胆固醇 / 73

发现抑制血压上升的物质 / 74

## 二、强力干预癌症 / 75

癌症是怎么来的? / 75

纳豆菌能杀死癌细胞 / 76

活性氧是引发癌症的导火线 / 76

活性氧使脂质发生过酸化反应 / 77

纳豆能将活性氧无毒化 / 78

纳豆在漫长的历史中培养出耐活性氧的体质 / 79

大豆中含有的皂苷具有抗癌作用 / 80

大豆中含有的异黄酮能预防乳腺癌和前列腺癌 / 81

## 三、战胜糖尿病 / 83

糖尿病是国民病 / 83

糖尿病的并发症非常可怕 / 85

纳豆中含有的维生素 B<sub>2</sub> 能降低血糖值 / 86

膳食纤维对治疗糖尿病至关重要 / 87



纳豆中同样含有丰富的膳食纤维 / 88

## 第六章 用纳豆返老还童

### 一、赶走骨质疏松 / 92

骨质疏松症关联社会问题 / 92

血钙不足导致骨骼成为牺牲品 / 93

先天条件导致的日本钙缺乏 / 94

特别是高龄女性很容易产生钙不足 / 96

日本人骨质好的秘密就是纳豆 / 97

维生素  $K_2$  是骨质的关键 / 98

在日本只有纳豆含有维生素  $K_2$  / 99

纳豆中的黏丝中维生素  $K_2$  的含量多 / 100

### 二、强大的抗菌作用 / 101

纳豆有着很好的抗菌作用 / 101

德国也关注纳豆的力量 / 102

纳豆拥有去除人体放射性物质的效果 / 103

大肠菌 O-157 全部消失 / 105

拥有抗菌作用的 zipiriko 酸 / 106

好的纳豆是不会变质的 / 107



### 三、美容效果没的说 / 108

控制便秘 实现美容 / 108

血管舒缓素也有促进美容的效果 / 110

### 四、最优健脑食品 / 111

卵磷脂促进大脑活力 / 111

纳豆能有效防止老年痴呆症 / 113

### 五、除去饮酒的害处 / 114

解除压力的酒精 / 114

纳豆菌促进酒精的分解 / 116

恐怖的乙醛 / 117

突然忌酒会引发脑血栓 / 118

### 六、精力增强营养品 / 119

纳豆的黏丝使男性精力增强 / 119

对月经不调也有很好的效果 / 120

## 第七章 纳豆的文化史

### 一、纳豆的历史 / 122

稻草和大豆相遇的产物 / 122

纳豆的原型——腌酵纳豆 / 123