



“แบรนด์รักนกแก้ว...เติมเต็มคุณค่าแห่งรัก”

สมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ เจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา กรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ พระราชทานพระวโรกาสให้ นายตุลย์ วงศ์กุลสวัสดิ์ ผู้จัดการทั่วไป บริษัท เซเรบอส (ประเทศไทย) จำกัด นำคณะกรรมการจัดงาน “แบรนด์รักนกแก้ว...เติมเต็มคุณค่าแห่งรัก พาแม่ไปดูละครเพลงทวิภพ เดอะมิวสิคัล” ที่จัดขึ้นเพื่อเสริมสร้างความรักความเข้าใจอันดีของสถาบันครอบครัว โดยมีคุณแม่-ลูก จำนวน 600 คู่ ร่วมชมละครเพลงมากที่สุดในประเทศไทย เข้าหน้าฯ ทูลเกล้าฯ ถวายเงินรายได้จากการจัดงานดังกล่าว โดยเสด็จพระกุศลสมทบทุน “มูลนิธิแพथยะอาสา สมเด็จพระศรีนครินทร์ราชมรราชชนนี (พอ.สว.)” ณ พระตำหนักเลอติส



มอบทุนวิจัยเซเรบอส อวอร์ด 2006

ศ.เกียรติคุณ นพ.จอมจักร จันทรสกุล ประธานคณะกรรมการพิจารณาทุนวิจัย เซเรบอส อวอร์ด เป็นประธานในพิธีมอบทุนวิจัย เซเรบอส อวอร์ด ประจำปี 2549 ให้กับ 3 ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสมุนไพรรักษา หรือการมีสุขภาพดี คือ “การศึกษาผลของกระเจียบแดงต่อการสร้าง apolipoprotein A-1 (Apo A-1) ที่ระดับ transcriptional level ในเซลล์มะเร็งตับที่เลี้ยงในจานทดลอง” ของ รศ.ดร.เนตรนภิส ธีระวัลย์ชัย ภาควิชาชีวเคมี คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล “การศึกษาฤทธิ์การยับยั้งการเสื่อมสลายของกระดูกอ่อนและกลไกการออกฤทธิ์ของ sesamin ต่อกระดูกอ่อน” ของ รศ.ดร. ปรัชญา คงทวีเลิศ ภาควิชาชีวเคมี คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ “เภสัชจลนศาสตร์และฤทธิ์ของสาร capsaicin ต่อน้ำตาลในเลือดในอาสาสมัครสุขภาพดี” ของ รศ. สุพิชา วิทย์เลิศปัญญา ภาควิชาเภสัชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยมี ดร.ลักขณา สิละยุทธิโยธิน ร่วมแสดงความยินดี ณ โรงแรมเอราวัณ



ประชุมวิชาการด้านกระดูกพรุน

ม.ร.ว.พรรณนิภา จันทรรัตน์ ประธานชมรมโภชนาการโภชนาการ เป็นประธานเปิดงานประชุมวิชาการเรื่อง “โภชนาการด้านโรคกระดูกพรุน” ซึ่งจัดโดย ชมรมโภชนาการโภชนาการ ร่วมกับ มูลนิธิคุณแม่คุณภาพ และบริษัท เซเรบอส (ประเทศไทย) จำกัด เพื่อส่งเสริมความรู้ด้านโภชนาการ โดยมีวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิร่วมบรรยาย อาทิ ศ.นพ.บุญส่ง องค์กรพิพัฒน์กุล ดร.วราภรณ์ เสถียรนพเก้า และ ดร.คุณทวี พิธพรชัยกุล ซึ่งมีนักโภชนาการเข้าร่วมประชุมกว่า 200 คน ณ แพทยสมาคมแห่งประเทศไทย ซ.ศูนย์วิจัย เมื่อเร็วๆ นี้

บริษัท เซเรบอส (ประเทศไทย) จำกัด

140/1 อาคารเคียนหงวน 2 ชั้น 15 ถนนวิทย์ ลุมพินี ปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

ชำระค่าบริการเป็นเงินเชื่อ  
ใบอนุญาติพิเศษที่ 94/2545  
ไปรษณีย์ร้องเมือง

เหตุผลที่ขอจ่ายผู้รับไม่ได้

- 1. จ่ายหนี้ไม่ชัดเจน
- 2. ไม่มีเลขที่บ้านตามเจ้าหนี้
- 3. ไม่มียอมรับ
- 4. ไม่มีผู้รับตามเจ้าหนี้
- 5. ไม่มารับภายในกำหนด
- 6. เลิกกิจการ
- 7. ย้ายไปทราบที่อยู่
- 8. อื่นๆ

ลงชื่อ



น้ำหนักขึ้นหลังหมดประจำเดือนเสี่ยงต่อมะเร็งเต้านม

งานวิจัย Nurses' Health Study ศึกษาในผู้หญิงมากกว่า 87,000 คน พบว่าผู้หญิงที่อ้วนขึ้นหลังจากหมดประจำเดือนจะมีความเสี่ยงของมะเร็งเต้านมสูงขึ้น ขณะที่ผู้หญิงที่ลดน้ำหนักได้จะลดความเสี่ยงไปด้วย

ผู้หญิงที่น้ำหนักเพิ่ม 22 ปอนด์ (10 กิโลกรัม) ขึ้นไป หลังหมดประจำเดือนมีความเสี่ยงสูงขึ้นร้อยละ 18 ในทางตรงกันข้ามผู้ที่ลดน้ำหนักได้อย่างน้อย 22 ปอนด์ เมื่อเริ่มหมดประจำเดือนจะลดความเสี่ยงได้ร้อยละ 23 แม้ว่า จะลดน้ำหนักได้เพียง 4-11 ปอนด์ (1.8-5 กิโลกรัม) ก็จะสามารถลดความเสี่ยงมะเร็งเต้านมเฉลี่ยร้อยละ 11

ความสัมพันธ์ระหว่างน้ำหนักตัวและมะเร็งเต้านม เห็นได้ชัดเจนสำหรับผู้ที่ไม่เคยได้รับฮอร์โมนทดแทน เช่น ผู้หญิงที่เข้าโครงการที่ไม่เคยใช้ฮอร์โมน และลดน้ำหนักได้ 22 ปอนด์หลังจากหมดประจำเดือน และสามารถป้องกันน้ำหนักตัวกลับคืนมาได้ มีโอกาสเกิดมะเร็งเต้านมน้อยลงร้อยละ 57 เมื่อเทียบกับผู้หญิงที่รักษาน้ำหนักให้คงเส้นคงวาอย่างเดียว

Journal of the American Medical Association, July 12, 2006

5 พฤติกรรมลดความเสี่ยงการเกิดโรคหัวใจ

ผู้ชายที่ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม 5 ข้อ มีโอกาสเป็นโรคหัวใจลดลงร้อยละ 87 เมื่อเทียบกับผู้ชายที่ไม่ได้เปลี่ยนแปลง

นักวิจัยจากฮาร์วาร์ดพบว่า จากการติดตามผู้ชาย 43,000 คน ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการวิจัย Health Professionals Follow-Up Study พบว่าการปรับเปลี่ยน 5 ประการ จะช่วยลดความเสี่ยงโรคหัวใจ คือ 1. ไม่สูบบุหรี่ 2. รักษาน้ำหนักตัว (ดัชนีมวลกาย < 25 ในคนเอเชียดัชนีมวลกายปกติ < 22.9 ) 3. ออกกำลังกายทุกวันๆ ละ 30 นาที 4. ดื่มแต่พอประมาณ 1/2 - 2 ดริงค์/วัน 5. บริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ เช่น ลดไขมันอิ่มตัวและไขมันทรานซ์ แม้แต่ผู้ชายที่ได้รับยาลดความดัน หรือลดคอเลสเตอรอลก็มีความเสี่ยงลดลงร้อยละ 5 เมื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

Circulation, July 11, 2006

จากussณาริการ

เป็นที่ทราบกันดีว่าปัญหาสุขภาพที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน มักมีสาเหตุจากพฤติกรรมกรรมกรบริโภคแบบผิดๆ ร่วมกับมลภาวะเป็นพิษที่ปนเปื้อนอยู่ในอากาศ ฯลฯ กระทั่งก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมา ซึ่งโรคเสื่อมโทรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นนั้นสามารถป้องกันได้โดยอาหารธรรมชาติ

Cerebos Nutrition Update ฉบับนี้จึงได้นำการศึกษาวิจัยของหลายๆ ประเทศ เกี่ยวกับสารพฤกษเคมี เช่น ไอโซฟลาโวนส์ซึ่งพบมากในจมูกถั่วเหลืองได้รับความสนใจในการป้องกันโรคกระดูกพรุน อันเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของคนไทยมีอัตราการเกิดโรคกระดูกพรุนสูงขึ้นเรื่อยๆ โดยเฉพาะสตรีวัยหมดประจำเดือนและมากถึง 50% ในสตรีที่มีอายุมากกว่า 70 ปี นอกจากนี้เรายังมีข้อมูลข่าวสารอีกหลากหลายเรื่องราว อาทิ น้ำหนักขึ้นหลังหมดประจำเดือนเสี่ยงต่อมะเร็งเต้านม ซุปไก่ช่วยบรรเทาโรคหวัด 5 พฤติกรรมลดความเสี่ยงการเกิดโรคหัวใจ เป็นต้น เพื่อการมีสุขภาพที่แข็งแรงอันจะนำมาซึ่งคุณภาพชีวิตที่ดีของทุกคน

พบกับใหม่ฉบับส่งท้ายปีละ

ศัลยา คงสมบูรณ์เวช

- คณะที่ปรึกษาฝ่ายวิชาการ
- ศ.เกียรติคุณ นพ.จอมจักร จันทรสกุล ศูนย์โภชนาการ คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล
  - ศ.กิตติคุณ นพ.หะวี เทพพิสัย ภาควิชาสูติศาสตร์-นรีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี
  - ศ.เกียรติคุณ พญ.อรุษา เทพพิสัย ภาควิชาสูติศาสตร์-นรีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี
  - ผศ.นพ.พนธ์ศักดิ์ สุกระถุกฯ อาจารย์พิเศษภาควิชาสูติศาสตร์-นรีเวชวิทยา คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี
  - รศ.นพ.สรนิต ศิลธรรม ศูนย์โภชนาการ คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล
  - รศ.นพ.สุรเดช หงส์อิง หัวหน้าโครงการโรคเมธิงในเด็ก ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี
  - ภญ.อรรจวรรณ เกตุเจริญ หัวหน้างานเภสัชสนเทศ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
  - ภญ.อุบลรัตน์ ประดิษฐ์กุล แผนกยาและเวชภัณฑ์ สำนักงานบรรเทาทุกข์และประชานามัยพิทักษ์ สภากาชาดไทย
  - ภญ.อินทรา วงศ์อัญมณีกุล กลุ่มงานเภสัชกรรม โรงพยาบาลเลิดสิน
  - USSSN ภาธิการ Registered Dietitian (U.S.A.)
  - อ.ศัลยา คงสมบูรณ์เวช กอว. USSSN ภาธิการ
  - พญ.สุภาณี สุกระถุกฯ อายุรแพทย์และแพทย์ผิวหนัง
  - นพ.มิ่งเมือง วรวิวัฒนะกุล กุมารแพทย์ สาขาทานอาหาร Pediatric Gastroenterology
  - รศ.ดร.สุสมล กิระดิษฐ์กุล คณะวิทยาศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
  - ผศ.ภก.ดร.มนัส พงศ์ชัยเดชา คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร
  - ดร.สุภัจฉลา นพจินดา ศูนย์วิจัย โรงพยาบาลรามาธิบดี
  - รศ.ลาวัณย์ ผลสมภพ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
  - อ.กรรณา ศิริบุญญา อาจารย์พิเศษด้านโภชนาการ คณะพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยคริสเตียน
  - อ.ศิริยา ไซควิวัฒน์วิชัย ศูนย์โภชนาการ โรงพยาบาลศิริราช



## สร้างเท่าไรก็ไม่พอ ถ้าไม่หยุดการเสื่อมสลาย

ภาวะกระดูกพรุน เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้กระดูกสูญเสียความแข็งแรง ส่งผลให้เกิดการแตกหักของกระดูกได้ง่าย โรคกระดูกพรุนเกิดได้จากหลายสาเหตุ ได้แก่ 1) ไม่สามารถสะสมมวลกระดูกได้อย่างเต็มที่ในช่วงวัยรุ่น 2) การสูญเสียมวลกระดูกอย่างรวดเร็ว 3) ไม่สามารถสร้างมวลกระดูกชดเชยเนื้อกระดูกที่สูญเสียไปได้ทัน เป็นที่รู้กันว่าระดับฮอร์โมนเอสโตรเจนที่ลดลง เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดโรคกระดูกพรุน นอกจากนี้การได้รับแคลเซียมและวิตามินดีไม่เพียงพอ และภาวะ

hyperparathyroidism ล้วนเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้ความรุนแรงของโรคมากขึ้น ทั้งนี้พบว่า โดยธรรมชาติแล้ว กระดูกเกิดการเสื่อมสลายและเกิดการสร้างใหม่ตลอดเวลา แต่อัตราการสร้างจะช้ากว่าการเสื่อมสลายมาก ดังนั้นปัจจัยสำคัญในการมีกระดูกที่แข็งแรงคือ อัตราการเสื่อมสลายของเนื้อกระดูก เพราะถ้าไม่หยุดหรือชะลอการเสื่อมสลายของมวลกระดูก แม้สร้างเท่าไรก็ไม่ทัน

Lawrence G Raisz. Pathogenesis of osteoporosis: concepts, conflicts and prospects. The Journal of Clinical Investigation. Vol 115, 2005, pp. 3318 - 3325

## การป้องกันภาวะกระดูกพรุนในสตรีวัยหมดประจำเดือน

ภาวะกระดูกพรุน เป็นภาวะที่มีการสูญเสียเนื้อกระดูก ทำให้ความหนาแน่นของกระดูกลดลง ความเสี่ยงในการเกิดกระดูกหักจึงเพิ่มขึ้น กระดูกมีความแข็งแรงลดลง ซึ่งดูได้จากการตรวจความหนาแน่นของเนื้อกระดูก (BMD) ที่สะโพกหรือกระดูกสันหลังโดยที่มีค่า T-Score <-2.5 ของค่า Standard deviations ในคนที่มีความหนาแน่นแต่มีสุขภาพดี หรืออาจจะดูจาก osteoporotic fracture

ปัจจัยเสี่ยงในการเกิดกระดูกหัก ได้แก่ อายุที่มากขึ้น เพศหญิง ความหนาแน่นของมวลกระดูกต่ำ มีประวัติการเกิดกระดูกหัก ครอบครัวมีประวัติกระดูกเปราะหักง่าย น้ำหนักตัวน้อย ขาดฮอร์โมนเอสโตรเจน (เช่น สตรีในวัยทอง หรือผ่าตัดมดลูกและรังไข่) รับประทานยาในกลุ่มสเตียรอยด์ สูบบุหรี่ เจ็บป่วยด้วย

โรคบางอย่าง การขาดแคลเซียม หรือวิตามินดี มีความเสี่ยงในการเกิดอุบัติเหตุ (เช่น สายตาไม่ดี) ขาดการเคลื่อนไหว เชื้อชาติคอเคเซียน ทั้งนี้แนะนำให้ตรวจความหนาแน่นของกระดูกในสตรีที่มีอายุ > 65 ปี หรือผู้ที่มีความหนาแน่นน้อยกว่า 65 ปี ที่มีปัจจัยเสี่ยงดังกล่าวข้างต้น รวมทั้งผู้ที่ประวัติของการหมดประจำเดือนก่อนอายุ 45 ปี มีประวัติประจำเดือนขาดไปนานกว่า 1 ปี ในผู้หญิงอายุน้อย หรือป่วยด้วยโรค หรือภาวะที่ทำให้เกิดกระดูกพรุน วิธีการป้องกันกระดูกสูญเสียมวลกระดูก ซึ่งเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดภาวะกระดูกพรุน อาจทำได้หลายวิธี เช่น การรับประทานแคลเซียมและวิตามินดี การรับประทานยา กลุ่ม bisphosphonates, selective, estrogen receptor modulators, calcitonin หรือการรับประทานยาฮอร์โมนทดแทน เป็นต้น



PMID: 16185096 [PubMed - indexed for MEDLINE]

## อย่าวางใจความดันสูงเล็กน้อย ก็คือสูงเกินไป

คนเป็นจำนวนมากมีระดับความดันโลหิตสูงคาบเส้นโดยเฉพาะคนอเมริกัน ระดับความดันโลหิตบางครั้งเรียกว่า "prehypertension" คือ ระหว่างปกติและระดับที่จัดอยู่ในเกณฑ์ความดันโลหิตสูง

U.S. National Heart, Lung and Blood Institute ชี้ว่า ระดับความดันโลหิตที่สูงเพียงเล็กน้อยก็สามารถเพิ่มความเสี่ยงหัวใจวาย เส้นเลือดสมองตีบ ตาบอด โรคไต หรือหัวใจล้มเหลวได้ เราสามารถควบคุมความดันโลหิตได้โดยไม่ต้องใช้ยาก่อนที่จะกลายเป็นความดันโลหิตสูงจริงๆ โดยการออกกำลังกายสม่ำเสมอ บริโภคธัญพืชไม่ขัดสี ผักและผลไม้ และเลี่ยงอาหารที่มีไขมัน คอเลสเตอรอลและเกลือสูง

HealthDay News, May 2, 2006



## จมูกั่วเหลืองกับการป้องกันโรคกระดูกพรุน

ถั่วเหลือง พืชที่ชาวเอเชียใช้ประกอบอาหารมานานกว่า 2000 ปี ในรูปผลิตภัณฑ์ถั่วเหลือง เช่น เต้าหู้ ถั่วหมัก และนมถั่วเหลือง เนื่องจากเป็นอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง ประกอบไปด้วยคาร์โบไฮเดรต โปรตีน ไขมันไม่อิ่มตัว วิตามิน แคลเซียม โดยมีปริมาณของโซเดียมและไขมันอิ่มตัวต่ำ และไม่มีคอเลสเตอรอล มีสารพฤกษเคมีชนิดไอโซฟลาโวนสูง

จากผลการศึกษาวิจัยพบว่า ส่วนของเมล็ดถั่วเหลืองที่เรียกว่า จมูกั่วเหลืองเป็นส่วนที่มีสารไอโซฟลาโวนส์ (Isoflavones) มากที่สุดในเมล็ดถั่วเหลือง แต่การแยกจมูกั่วเหลืองออกจากเมล็ดถั่วเหลืองเพื่อให้ได้สารไอโซฟลาโวนส์มากที่สุด จะต้องใช้เทคโนโลยีที่ซับซ้อนมาก กล่าวคือ ต้องใช้เมล็ดถั่วเหลืองถึง 400 ปอนด์ (~182 กิโลกรัม) จึงจะแยกจมูกั่วเหลืองได้ 1 ปอนด์ (~1/2 กิโลกรัม) โดยปกติจมูกั่วเหลืองจะหลุดออกไปในกระบวนการผลิตอาหาร ปัจจุบันมีการสกัดสารไอโซฟลาโวนส์จากถั่วเหลืองออกจำหน่ายในรูปผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร จากผลการศึกษาวิจัยพบว่า สารไอโซฟลาโวนส์ให้ผลต่อสุขภาพในการป้องกันโรคต่างๆ นักวิจัยจึงให้ความสนใจอย่างมากในการบริโภคไอโซฟลาโวนส์กับการป้องกันโรคกระดูกพรุน ดังจะเห็นได้จากผลงานต่างๆ อาทิ

Ho et al (2003) ศึกษาการบริโภคถั่วเหลือง หรือผลิตภัณฑ์เสริมไอโซฟลาโวนส์จากถั่วเหลืองเป็นประจำในกลุ่มหญิงชาวจีนที่เริ่มหมดประจำเดือน 454 คน อายุเฉลี่ย 55.1 ปี และติดตามคนกลุ่มนี้ภายใน 12 ปีหลังจากที่หมดประจำเดือน เพื่อดูมวลกระดูกพบว่า บรรดาหญิงที่หมดประจำเดือนไปแล้วที่มีอายุมากขึ้น ผู้ที่บริโภคสารไอโซฟลาโวนส์มากกว่าจะมีความหนาแน่นของเนื้อกระดูกมากกว่าผู้ที่บริโภคน้อยกว่า

Takehiko et al (2005) ได้ทำการวิจัยในอาสาสมัครชาวญี่ปุ่นที่อยู่ในช่วงที่กำลังจะหมดประจำเดือน (peri-menopause) จำนวน 23 คนโดยสุ่มให้รับประทานไอโซฟลาโวนส์จากถั่วเหลือง หรือยาหลอกนาน 4 สัปดาห์ พบว่าการเสริมไอโซฟลาโวนส์จากถั่วเหลือง ช่วยลดอัตราการสูญเสียมวลกระดูกได้อย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งหมายถึงการลดความเสี่ยงของการเกิดโรคกระดูกพรุน (osteoporosis) ได้

จากการรวบรวมข้อมูล Harkness (2004) ประเมินว่า ปริมาณการบริโภคไอโซฟลาโวนส์จะส่งผลในการเสริมสร้างกระดูกนั้น อาจจะต้องบริโภคสูงถึง 90-100 มก. ซึ่งได้จากปริมาณโปรตีนถั่วเหลือง 30-40 กรัม และแหล่งอาหารที่



สำคัญของไอโซฟลาโวนส์คือ จมูกั่วเหลือง

จากผลการศึกษาวิจัยต่างๆ ที่ผ่านมาก็ให้เห็นว่าการบริโภคสารไอโซฟลาโวนส์ซึ่งมีมากในจมูกั่วเหลืองอาจสามารถเพิ่มปริมาณแร่ธาตุและความหนาแน่นของกระดูกได้

- T. Schryver. Increasing health benefits using soy germ. Cereal foods world. May 2002;47(5):185-188
- <http://www.talksoy.com/Health/hSoyAndOsteoporosis.htm>
- Ho SC, Woo J, et al. Soy protein consumption and bone mass in early postmenopausal Chinese women. Osteoporos Int. 2003;14(10):835-42.
- Takehiko Uesugi et al. Beneficial effects of soybean isoflavone supplementation on bone metabolism and serum lipids in postmenopausal Japanese women: A four-week study. Journal of the American College of Nutrition 2002, 21(2): 97 -102
- Harkness L. soy and Bone : Where do we stand? Ortho paedic Nursing 2004;23(1): 12-17

## ซูปไก่ช่วยบรรเทาโรคหวัด

นักวิจัยจากศูนย์การแพทย์ Nebraska Omaha ประเทศสหรัฐอเมริกา ได้ทำการศึกษาเพื่อพิสูจน์ความเชื่อที่ว่าซูปไก่ ช่วยบรรเทาอาการไม่สบายจากการติดเชื้อของระบบทางเดินหายใจส่วนบน ซึ่งการศึกษาในห้องปฏิบัติการพบว่า สารอาหารบางอย่างที่มีอยู่ในซูปไก่ ช่วยต้านการอักเสบในทางเดินหายใจส่วนบน ที่เป็นสาเหตุให้เกิดอาการไม่สบายต่างๆ หรือที่เรียกกันง่ายๆ ว่าโรคหวัด ทั้งนี้กลไกการออกฤทธิ์ที่เสนอแนะคือซูปไก่สกัดจะไปยับยั้งการเคลื่อนที่ของนิวโทรฟิลล์ โดยการออกฤทธิ์ดังกล่าวจะแปรผันตามความเข้มข้นของซูปไก่นอกจากนี้ผู้วิจัยยังพบว่าซูปไก่ที่มีจำหน่ายในท้องตลาดมีประสิทธิภาพในการยับยั้งนิวโทรฟิลล์แตกต่างกัน

Barbara O Rennard, et al. Chicken soup inhibits neutrophil chemotaxis in vitro. Chest 2000;118:1150-1157

