



مصرف بروکلی خطر ابتلا به سرطان کبد را کاهش می دهد

یک تحقیق جدید بر روی موش ها نشان می دهد که مصرف کلم بروکلی سه تا پنج بار در هفته خطر ابتلا به سرطان کبد را کاهش می دهد.

یک تحقیق جدید بر روی موش ها نشان می دهد که مصرف کلم بروکلی سه تا پنج بار در هفته خطر ابتلا به سرطان کبد را کاهش می دهد.

به گزارش جام جم آنلاین، این مطالعه همچنین نشان داد که مصرف سه تا پنج بار کلم بروکلی در هفته آسیب های وارده به کبد که خطر ابتلای آن را به سرطان افزایش می دهد، کاهش می دهد.

محققان دانشگاه ایلینویز در آمریکا در این مطالعه متوجه شدند که مصرف بروکلی برای چند بار در هفته می تواند بر گسترش چربی در کبد که باعث عملکرد بد این عضو شده و خطر ابتلای آن را به سرطان افزایش می دهد، مقابله کند.

پیش از این مشخص شده است که بروکلی خطر ابتلا به سرطان های دیگر مانند سینه، پروستات، راست روده را نیز کاهش می دهد بنابراین محققان از ارتباط مصرف این سبزیجات با کاهش خطر ابتلا به سرطان کبد متحیر نشدند.

محققان در این مطالعه که در مجله Nutrition منتشر شده است موش ها را به چهار دسته تقسیم کردند و به دو گروه آنها یک رژیم غذایی کنترل شده بعلاوه بروکلی و بدون بروکلی و به دو گروه دیگر یک رژیم غذایی غربی متشکل از مقدار زیاد گوشت و ساکاروز و بدون بروکلی دادند.

نتیجه این مطالعه بیشترین میزان ندول های سرطانی را (گره های سرطانی) در موش هایی نشان داد که رژیم غذایی غربی داشتند.

همچنین این مطالعه نشان داد، موش هایی که رژیم غذایی غربی داشتند ندول های بزرگتری در کبد خود داشتند اما زمانی که بروکلی به رژیم غذایی آنها افزوده می شد شمار ندول ها کاهش می یافت.

محققان خاطر نشان کردند که چربی زیاد ناشی از رژیم غذایی غربی در کبد می ماند اما با اضافه شدن بروکلی به رژیم غذایی، کبد میزان خروجی لیپیدها را از این عضو بیشتر می کند.

با این وجود محققان خاطر نشان کردند که افزوده شدن بروکلی به رژیم غذایی موش ها موجب کاهش وزن آنها نشد اما کبدهای این جوندگان سالم تر شدند.

این مطالعه محققان را بر آن داشت که پیشنهاد دهند افزودن بروکلی به رژیم غذایی می تواند انسان ها را سالم تر کند.

ایرنا