

گیاهان دارویی مؤثر در کاهش چربی خون

یک کارشناس بهداشت عمومی گیاهان دارویی مؤثر در کاهش چربی خون را تشریح کرد.

یک کارشناس بهداشت عمومی گیاهان دارویی مؤثر در کاهش چربی خون را تشریح کرد.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از تسنیم، آسیه محمدی درباره گیاهان دارویی مؤثر در کاهش چربی خون اظهار داشت: افزایش چربی خون به معنای بالا رفتن مقدار تری گلیسرید یا کلسترول از مقدار طبیعی آن‌ها در خون است.

به گفته وی افزایش چربی خون با تجمع در دیواره رگ‌ها باعث تنگی آن‌ها و به دنبال آن افزایش خطر ابتلا به سکته مغزی و قلبی می‌شود. با توجه به اهمیت موضوع افزایش چربی خون، لزوم استفاده از دارویی که بتواند ضمن استفاده طولانی مدت عوارض کمتری داشته باشد، اهمیت پیدا می‌کند.

استقبال از داروهای گیاهی کاهنده چربی خون

این کارشناس بهداشت عمومی افزود: امروزه استفاده از داروهای گیاهی کاهنده چربی خون با استقبال گسترده‌ای روبه‌رو شده است. در مطالعات بررسی شده، سیر، شنبلیله، خرفه، شوید، دانه کتان، اسفرزه، گردو، بادام زمینی، روغن هسته انگور، نان جوی دو سر، ترخون، سیستان، سماق ودانه کنگر فرنگی هر کدام به شکل‌های مختلف موجب کاهش کلسترول و LDL (چربی بد خون) و افزایش HDL (چربی خوب) می‌شود.

داروهای گیاهی کاهنده چربی خون عوارض کمتر و تأثیر زیادی دارد

محمدی خاطرنشان کرد: با توجه به اهمیت درمان چربی خون بالا و تأثیر بیش‌تر و بهتر و عوارض کمتر گیاهان دارویی بر کاهش چربی خون، مطالعات بیش‌تری برای استفاده از داروهای گیاهی بر روی جمعیت انسانی و هم‌چنین افزایش آگاهی بیماران در استفاده از گیاهان دارویی به جای داروهای شیمیایی باید صورت گیرد.