

طول عمر خود را افزایش دهید

گروهی از پژوهشگران ایتالیایی دریافته‌اند که با کمک یک رژیم غذای برپایه سه آمینواسید می‌توان به افزایش طول عمر کمک کرد.



گروهی از پژوهشگران ایتالیایی دریافته‌اند که با کمک یک رژیم غذای برپایه سه آمینواسید می‌توان به افزایش طول عمر کمک کرد. محققان دانشگاه‌های پاویا و میلان با آزمایش بر روی موش‌ها به این نتایج دست یافتند در این آزمایش به موش‌ها یک رژیم غذایی غنی از ترکیبی متشکل از سه آمینواسید با زنجیره منشعب به نام‌های لوسین، ایزولوسین و والین داده شد. مطالعات پیشین نشان می‌داد که آمینواسیدهای با زنجیره منشعب می‌توانند طول عمر مخمرهای تک سلولی را افزایش دهند. اکنون نتایج این آزمایشات بر روی مدل‌های حیوانی نیز نشان داد موش‌هایی که با آب غنی از این سه آمینواسید تغذیه شده بودند نسبت به گروه کنترل از سلامت و طول عمر بیشتری برخوردار شدند. این موش‌ها به طور متوسط 869 روز در مقابل 774 روز گروه کنترل زندگی کردند بنابراین طول عمر این موش‌ها 12 درصد بیشتر از موش‌های گروه کنترل بود. این اکسیر جوانی مرکب از سه آمینواسیدی است که برای تولید پروتئینی به نام eNOS مورد استفاده قرار می‌گیرند این پروتئین در سنتز اکسید نیتریک نقش مهمی ایفا می‌کند. این اکسید منجر به افزایش تولید میتوکندری‌ها در ماهیچه‌های اطراف اسکلت و ماهیچه‌های قلب می‌شود. میتوکندری‌ها بخش‌هایی از سلول‌های بدن هستند که در تولید انرژی نقش دارند و در واقع نیروگاه‌های انرژی سلول به شمار می‌روند. به گزارش خبرگزاری مهر، این محققان نشان دادند ژن طول عمر که SIRT-1 نام دارد و ژن‌های سیستم دفاعی بدن در موش‌هایی که با این رژیم تغذیه شده بودند بیشترین فعالیت را داشتند. این دانشمندان در این خصوص توضیح دادند: "این اولین بار است که ما نشان دادیم مخلوطی از آمینواسیدها می‌تواند در پستانداران منجر به افزایش طول عمر شود. نتایج این تحقیقات می‌تواند راهی جدید به سوی درمان بیماری‌های مرتبط با پیری از طریق مواد خوراکی را باز کند."