

دارچین بخورید تا از آلزایمر در امان باشید

دارچین ازجمله ادویه‌های پرکاربرد در تهیه انواع غذاها در سراسر جهان است.



دارچین ازجمله ادویه‌های پرکاربرد در تهیه انواع غذاها در سراسر جهان است. این ادویه خوشمزه همواره از پرفرودارترین افزودنی‌های حاوی رنگدانه به غذاهای مختلف به شمار می‌آید. حالا محققان می‌گویند باید بیش از پیش به این ادویه جدی نگاه کرد، زیرا نتایج مطالعات صورت گرفته نشان می‌دهند دارچین در تقویت عملکرد مغز تأثیر مثبتی دارد.

بر پایه این تحقیقات روشن شده افرادی که در یادگیری با ضعف در عملکرد مغز مواجه هستند با مصرف اصولی دارچین می‌توانند این ضعف را تا حدودی برطرف کنند. البته این بررسی تاکنون روی موش‌های آزمایشگاهی انجام شده و هنوز تأثیر آن بر عملکرد مغز انسان مشخص نشده است، اما نتایج به دست آمده به قدری امیدوارکننده است که محققان می‌گویند نسبت به تأثیرگذاری مشابه آن بر عملکرد مغز انسان نیز خوشبین هستند.

این یافته حیرت انگیز توسط محققان دانشگاه راش آمریکا با همکاری مرکز پزشکی امور بازنشستگی «جیمز براون» در شیکاگو ارائه شده است. دکتر پاهان که هدایت محققان را در این پروژه بر عهده داشته می‌گوید: بهبود در عملکرد مغز موش‌های آزمایشگاهی و بهتر شدن فرآیند یادگیری در آنها پس از استفاده از درمان‌های مبتنی بر دارچین بخوبی مشخص است.

در این بررسی محققان از موش‌های آزمایشگاهی استفاده کرده و آنها را در مسیرهای پرپیچ و خمی به کار گرفتند که باید راه مناسبی را برای خروج از آن پیدا کنند. محققان متوجه شدند موش‌ها به طور عادی این مسیر را پس از گذشت 150 ثانیه طی می‌کنند، اما پس از انجام یک دوره درمان مبتنی بر دارچین که یک ماه به طول انجامید این زمان به طرز قابل توجهی کاهش یافت و به 60 ثانیه رسید. این یافته که جزییات آن در نشریه نوروایمون فارماکولوژی (Neuroimmune Pharmacology) منتشر شده مورد استقبال محققان علوم پزشکی قرار گرفته است. مطالعات بیشتری که در این زمینه انجام شده نشان می‌دهد در دارچین ترکیب شیمیایی خاصی موسوم به «بنزوات سدیم» وجود دارد. این ترکیب زمانی آزاد می‌شود که دارچین درون بدن خرد شود. دکتر پاهان می‌گوید: ما درباره این که چرا و چگونه تغییراتی در مغز افرادی روی می‌دهد که توانایی چشمگیری در یادگیری ندارند، هنوز چیز زیادی نمی‌دانیم. به طور کلی در مغز افرادی که در امر یادگیری ضعف دارند سطح پروتئین GABRA5 هیپوکامپوس بالا و در مقابل میزان CREB در سطح پایینی قرار دارد، اما حالا مشخص شده که پس از یک ماه درمان مبتنی بر دارچین این وضعیت به طور حیرت‌انگیزی روند معکوس پیدا می‌کند. همچنین مشخص شده این ادویه در کمک به کاهش روند پیشرفت بیماری آلزایمر و حتی پارکینسون مؤثر است. البته توصیه می‌شود دارچین از نوع سریلانکایی و نه چینی استفاده شود. زیرا نوع سریلانکایی دارچین فاقد ترکیب سمی کومارین است. این ترکیب بر عملکرد کبد تأثیر منفی می‌گذارد.

منبع: eurekaalert.org
مترجم: مهدی پیرگری
جام‌جم