

درمانی جدید برای چاقی: شاه توت بخورید

این میوه شیرین سرشار از فواید فوق العاده برای سلامت است...



این میوه شیرین سرشار از فواید فوق العاده برای سلامت است: کاهش کلسترول، افزایش سطح قند خون و پایین آوردن خطر ابتلا به سرطان از جمله این آثار هستند که حالا در کنار فایده دیگری که برای درمان چاقی از طرف دانشمندان چینی پیشنهاد شده است شاه توت را به میوه ای مهم و محبوب تبدیل کرده است.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از شفقتا زندگی؛ مطالعات جدید سازمان جانورشناسی چین به این نتیجه رسیده است که شاید شاه توت بتواند کلید درمان چاقی باشد. وجود ماده ای به نام راتین در این میوه منجر به فعال شدن چربی قهوه ای، افزایش سوخت و ساز و کمک به کاهش وزن می شود.

چاقی درحال حاضر به یک مسئله نگران کننده سلامت در جهان و به ویژه ایالات متحده تبدیل شده است؛ به طوری که از هر 3 فرد بالغ یک نفر و از هر 6 کودک و نوجوان یک نفر با مشکل چاقی و خطر ابتلا به دیابت نوع دوم، فشار خون بالا، بیماری قلبی، سکتة مغزی و انواع سرطان روبرو است. با اینکه رژیم های غذایی مناسب و فعالیت جسمی راهکارهای اولیه برای درمان چاقی هستند اما برای بعضی از افراد نیاز به روش های درمانی دیگر هم احساس می شود.

در این مطالعه راتین (به اندازه 1 میلیگرم در میلی لیتر) به آب آشامیدنی دو گروه از موش ها اضافه شد. یک گروه به لحاظ ژنتیکی چاق بودند و گروه دیگر با رژیم غذایی آزمایشگاهی چاق شده بودند. افزودن راتین به غذای هر دو گروه نشان داد که چربی قهوه ای آنها فعال می شود، انرژی بیشتری از دست می دهند و وزنشان پایین می آید. به گفته محققان، شاه توت با داشتن این ماده مثل هوای سرد عمل می کند که منجر به سوزاندن انرژی و تولید حرارت می شود. همچنین راتین می تواند به تشکیل سلول های چربی قهوه ای مانند در زیر پوست کمک کند.

محققان این پژوهش بر این عقیده هستند که راتین می تواند یک رویکرد درمانی جدید به چاقی و دیگر بیماری های مرتبط با اضافه وزن ارائه کند.

منبع: Medicalnewstoday