



مصرف «دارچین» از مضرات رژیم غذایی پرچرب کم می کند

محققان با مطالعه بر روی موش ها دریافتند مصرف دارچین موجب کاهش مضرات رژیم غذایی پرچرب می شود.

محققان با مطالعه بر روی موش ها دریافتند مصرف دارچین موجب کاهش مضرات رژیم غذایی پرچرب می شود.

به گزارش خبرنگار مهر، محققان در مطالعه اخیر خود دریافتند دارچین موجب کاهش ریسک مشکلات قلبی-عروقی ناشی از رژیم غذایی پرچرب با فعال سازی آنتی اکسیدان بدن و سیستم های ضدالتهابی شده و فرآیند ذخیره چربی را کند می نماید.

در این مطالعه، محققان به موش ها به مدت ۱۲ هفته مکمل دارچین در کنار رژیم غذایی پرچرب دادند. در پایان یافته های زیر به دست آمد:

موش های تغذیه شده با دارچین در مقایسه با سایر موش های که مکمل دارچین همراه با رژیم غذایی پرچرب شان دریافت نکرده بودند، وزن کمتر و چربی دور شکمی کمتری داشتند و میزان سالم تر قند، انسولین و چربی در خون شان وجود داشت.

همچنین موش های تغذیه شده با دارچین دارای مولکول های کمتر دخیل در فرآیند ذخیره سازی چربی و مولکول های آنتی اکسیدان و ضدالتهابی بیشتر بودند که از بدن در مقابل آسیب های ناشی از استرس حفاظت می کند.

از اینرو محققان به مصرف دارچین بعد از وعده های غذایی چرب تاکید دارند تا از تاثیرات منفی این نوع رژیم غذایی کاسته شود.