



کاهش وزن با فلفل

در تازه ترین تحقیقات کارشناسان هندی ، روشی برای کاهش وزن با مصرف فلفل سیاه کشف شد.

در تازه ترین تحقیقات کارشناسان هندی ، روشی برای کاهش وزن با مصرف فلفل سیاه کشف شد.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایسنا، به گفته محققان خواص ویژه فلفل سیاه و استفاده آن حتی با غذاهای چرب، باعث کاهش وزن می شود.

این تحقیق بر روی موش های مبتلا به چاقی آزمایش شد که برای ۲۲ هفته رژیم غذایی آنها فقط شامل غذاهای چرب بود.

در هفته شانزدهم از این آزمایش، موشها به دو گروه تقسیم شدند،

در گروه اول علاوه بر غذای چرب به غذای موش ها دانه های فلفل سیاه با بوی آلدئید معطر -که طعمی شبیه وانیل و دارچین داشت - اضافه شد و گروه دوم همچنان به تغذیه قبلی خود ادامه دادند.

در پایان هفته بیست و دوم ، از موشها تستهای توده بدنی و آنالیز خون گرفته شد، در گروه اول افزایش توده بدنی بدون چربی، افزایش مواد معدنی اشباع شده و تراکم مواد معدنی در استخوان ها ثبت شد.

در این گروه پس از ۶۰ دقیقه از مصرف فلفل سیاه ، کاهش قند خون موشها را به همراه داشت.

دانشمندان هندی نتیجه گرفتند که فلفل سیاه به کنترل برخی از زن های مرتبط با چاقی کمک می کند و می تواند به عنوان یک دارو برای کاهش وزن استفاده شود.