

## بیماران دیابتی "دارچین" مصرف کنند

محققان دریافته‌اند که مصرف مقدار زیادی "دارچین" در افرادی که قند خون بالایی دارند، می‌تواند به جلوگیری از بروز از دیابت نوع ۲ در آنها کمک کند.



محققان دریافته‌اند که مصرف مقدار زیادی "دارچین" در افرادی که قند خون بالایی دارند، می‌تواند به جلوگیری از بروز از دیابت نوع ۲ در آنها کمک کند.

به گزارش ایسنا به نقل از دیلی میل، مطالعات جدید نشان می‌دهد که مصرف "دارچین" در افرادی که در مرحله پیش از ابتلا به "دیابت" هستند، می‌تواند کنترل قند خون را بهبود بخشد و پیشرفت بروز این بیماری را کم کند.

در آزمایشات انجام شده در آمریکا، مصرف مکمل دارچین با یک وعده غذایی، علائم هشدار دهنده دیابت را پس از سه ماه کاهش داد.

نزدیک به ۹۰ میلیون نفر در آمریکا و حداقل هفت میلیون نفر در انگلیس در مرحله پیش از ابتلا به دیابت هستند که زمانی اتفاق می‌افتد که سطح قند خون بالاتر از حد طبیعی باشد. این علائم اصولاً به بروز دیابت نوع ۲ منجر می‌شود.

به این ترتیب شناسایی راهکارهایی برای پیشگیری از دیابت نوع ۲ در این افراد بسیار حائز اهمیت است.

پس می‌توان با مصرف یک ادویه ارزان، به جلوگیری از بروز دیابت نوع ۲ کمک کرد.

"جولیو رومئو" از مرکز دیابت جازلین در بوستون گفت: مطالعه ۱۲ هفته‌ای ما نشان داد که گنجاندن دارچین در رژیم غذایی روزانه، به ثابت نگه داشتن قند خون در افراد شرکت کننده این آزمایش کمک می‌کند.

این یافته‌ها در مطالعات بزرگتری هم مورد استفاده قرار گرفت تا بررسی شود آیا دارچین می‌تواند به مرور زمان خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش دهد؟

در این مطالعه افرادی بررسی شدند که در مرحله پیش از دیابت قرار داشتند. قند خون این افراد بالاتر از حد طبیعی است ولی به اندازه‌ای هم بالا نیست که بتوان دیابت نوع ۲ را در آن‌ها در نظر گرفت.

اگر این افراد در شیوه زندگی خود تغییر ایجاد نکنند، به احتمال زیاد به دیابت نوع ۲ مبتلا می‌شوند. چه کودک و چه بزرگسال.

در آزمایش بالینی این پروژه، تاثیر دارچین در ۵۱ فرد در مرحله پیش از دیابت بررسی شد.

به این افراد که از ۲۰ تا ۷۰ سال بودند، به مدت ۱۲ هفته و سه بار در روز، کپسول ۵۰۰ میلی گرمی دارچین یا دارونما داده می‌شد.

نتایج نشان داد که دارچین، باعث کاهش سطح قند خون غیرطبیعی ناشتا شد و پاسخ بدن به مصرف یک وعده غذایی با کربوهیدرات‌ها که از ویژگی‌های بارز پیش از دیابت است را بهبود بخشید.

در طول این مطالعه ۱۲ هفته‌ای، مصرف دارچین هیچ عوارض جانبی به همراه نداشت.

نتایج این پژوهش در مجله "Endocrine Society" انتشار یافت.