

غذاهای چرب اعتیادآور هستند



نتایج بررسی های پژوهشگران آمریکایی نشان می دهد که در اثر مصرف غذاهای چرب ماده ای شیمیایی در معده تولید می شود که سبب اعتیاد فرد به این نوع غذاها می شود.

جام جم آنلاین: نتایج بررسی های پژوهشگران آمریکایی نشان می دهد که در اثر مصرف غذاهای چرب ماده ای شیمیایی در معده تولید می شود که سبب اعتیاد فرد به این نوع غذاها می شود.

به گزارش مهر، هرگز فکر کرده اید که چرا به محض خوردن مقدار کمی میوه تمایل خود را نسبت به ادامه خوردن از دست می دهید اما حتی پس از خوردن یک بشقاب بزرگ سیب زمینی سرخ کرده و مرغ سوخاری همچنان می خواهید به خوردن ادامه دهید.

تاکنون تصور می شد که نوع ذائقه علت اصلی این مسئله باشد اما اکنون گروهی از دانشمندان دانشگاه کالیفرنیا در بررسی های خود نشان دادند که در اثر مصرف سیب زمینی سرخ کرده و سایر غذاهای پر چرب ماده ای شیمیایی تولید می شود که همانند یک ماده مخدر واقعی عمل کرده و سبب بروز اعتیاد در فرد می شود.

به گفته این محققان، چربی های این غذاها در معده یک سری ماده مخدر طبیعی به نام «اندوکانابینوئیدها» تولید می کنند. این ماده از نظر ترکیبات شباهت بسیاری به «ماری جوانا» دارد.

تولید این مخدر طبیعی سیگنال «تمایل بیشتر به خوردن غذاهای چرب» را روشن می کند.

این دانشمندان به منظور دستیابی به این نتایج، فرایندی را که در زمان خوردن غذاهای چرب رخ می دهد با مطالعه بر روی موشها بررسی کردند.

این نتایج نشان داد که به محض خوردن این غذاها چربیها در نوک زبان درک می شوند و از این طریق مستقیماً با مغز ارتباط برقرار کرده و یک سیستم انتقال را برای ارسال یک پیام به معده فعال می کنند.

این پیام، دیواره های معده را برای ترشح مواد مخدر طبیعی بدن (اندوکانابینوئیدها) تحریک می کند. پس از ترشح این مواد، سیگنال هایی فعال می شوند که تمایل مجدد به غذاهای چرب را القا می کنند و به این ترتیب باوجود حس سیری، فرد بدون اینکه بتواند از غذا دست بردارد همچنان به خوردن ادامه می دهد.