

کشف نوع جدیدی از ویتامین "ای" در کیوی

کیوی و آووکادو از میوه‌های سرشار از ویتامین «ای» هستند. این ویتامین یک آنتی‌اکسیدان است..



کیوی و آووکادو از میوه‌های سرشار از ویتامین «ای» هستند. این ویتامین یک آنتی‌اکسیدان است و تا کنون 8 نوع طبیعی از ویتامین ای شناخته شده و نوع نهم آن نیز به تازگی در پوست کیوی شناخته شده است. به گزارش آژانس خبری فرانسه آنتی‌اکسیدان شناخته شده در نوع نهم ویتامین ای توانایی پیشگیری از اکسید شدن چربی‌ها را دارد ضمن اینکه خاصیت ضد سرطان نیز دارد. خاصیت آنتی‌اکسیدانی ویتامین ای در نوع نهم این ویتامین که در کیوی و آووکادو وجود دارد، بیشتر است.

دکتر مک‌گی دانشمند زلاند نویی اهمیت کشف این نوع ویتامین را بیان کرده است و روی عملکرد این ویتامین در خاصیت ضد اکسیدانی آن تأکید می‌کند. وی می‌گوید که معمولاً میوه‌ها به جز کیوی و آووکادو منابع غنی از ویتامین ای نیستند ولی این خاصیت بیولوژیکی کیوی یک اثر جدید برای استفاده آنتی‌اکسیدان این میوه خواهد بود.

همشهری آنلاین