

## نقش سرکه در کاهش وزن و چربی

مطالعات نشان می دهد که روش درمان باستانی برای کاهش وزن و چربی اضافی ، اکنون نیز می تواند مفید و مثر  
ثمر باشد...



مطالعات نشان می دهد که روش درمان باستانی برای کاهش وزن و چربی اضافی ، اکنون نیز می تواند مفید و مثر ثمر  
باشد.

تحقیقات انجام شده در ژاپن ثابت کرده است که سرکه های خانگی و معمولی که اصولا برای تهیه سس سالاد و ترشی به  
کار می رود می تواند ژن های مقابله کننده با چاقی را فعال کند.

از زمان های بسیار قبل سرکه به عنوان دارویی برای درمان اغلب بیماری ها مورد توجه بوده است. در حالیکه مدارک پزشکی  
مدرن کمتر به نقش درمانی این ماده توجه داشته است. مطالعات سالهای اخیر ثابت کرده است که ماده شیمیایی اسید  
استیک که در سرکه موجود است می تواند در کنترل فشار خون و قند خون بسیار موثر باشد. و به علاوه یافته ها نشان می  
دهد که سرکه در کاهش وزن و چاقی نقش موثری دارد. محققان معتقدند که اسید استیک ژن هایی را فعال می کنند که  
تولید کننده پروتئین خاص برای تجزیه چربی ها هستند. این عملکرد مانع از تجمع و انباشتگی چربی در بدن می شود و به طبع  
وزن نیز کاهش می یابد.

گروه ترجمه سلامت نیوز