

خبرهای خوب برای عاشقان شکلات

مطالعه‌ای جدید، شواهد موجود در خصوص سودمندی مصرف متوسط شکلات در مردان برای پیشگیری از بروز سکنه مغزی را افزایش می‌دهد...



سلامت نیوز: مطالعه‌ای جدید، شواهد موجود در خصوص سودمندی مصرف متوسط شکلات در مردان برای پیشگیری از بروز سکنه مغزی را افزایش می‌دهد...

بیش از 37000 مرد سوئدی در سنین 45-79 سال بدون سابقه بیماری قلبی عروقی، پرسشنامه تغذیه‌ای را کامل کردند و برای مدت قریب به 10 سال پیگیری شدند. در خلال این مدت، 5% اولین سکنه مغزی را تجربه کردند.

بعد از لحاظ نمودن متغیرهای مختلف، افرادی که در بالاترین چارت (62/9 گرم در هفته) مصرف شکلات قرار داشتند، 17/9% کاهش در بروز سکنه مغزی در قیاس با افراد گروه پایین‌ترین چارت (صفر گرم در هفته) داشتند.

محققان اظهار می‌دارند که فلاونوئید داخل شکلات ممکن است با مکانیسم‌های مختلفی، از جمله آنتی‌اکسیدان و ضد پلاکت، از سکنه مغزی پیشگیری نماید.
منبع: نوین پزشکی