



خوردن فلفل تا 30 درصد به کاهش پارکینسون کمک می‌کند

نتایج یک تحقیق جدید نشان می‌دهد که خوردن فلفل دوبار در هفته می‌تواند توسعه بیماری پارکینسون را تا یک سوم کاهش دهد. به گزارش خبرگزاری مهر، دانشمندان به این نتیجه رسیده‌اند...

نتایج یک تحقیق جدید نشان می‌دهد که خوردن فلفل دوبار در هفته می‌تواند توسعه بیماری پارکینسون را تا یک سوم کاهش دهد. به گزارش خبرگزاری مهر، دانشمندان به این نتیجه رسیده‌اند افرادی که غذاهایی می‌خورند که حاوی شکل خوردنی نیکوتین است تا حدی در مقابل پارکینسون حمایت می‌شوند.

گوجه فرنگی، سیب زمینی و بادمجان از جمله غذاهای حاوی نیکوتین به شمار می‌رود.

این تحقیق همچنین مهر تأیید بر شواهد قبلی بود که خطر پارکینسون را به استعمال دخانیات نسبت داده بود.

این درحالی است که کارشناسان هشدار دادند که ممکن است سایر مواد متشکله در این نوع خوردنی‌ها در نتایج این تحقیق تأثیرگذار بوده‌اند، اما مسئله اصلی اینجاست که بیماری پارکینسون افرادی را مبتلا می‌کند که یا سیگار می‌کشند و یا غذاهای خاصی مصرف می‌کنند.

دکتر سوزان سیرلز نیلسن از دانشگاه واشنگتن در سیاتل گفتک تحقیقات ما در مرحله اول نیکوتین غذایی و خطر پیشرفت بیماری پارکینسون را بررسی کرد.

درست مثل تحقیقات بسیاری که نشان می‌دهند استفاده از تنباکو خطر پارکینسون را کاهش می‌دهد، این تحقیق نشان می‌دهد که نیکوتین یا شاید یک ماده شیمیایی دیگر در فلفل و تنباکو در مقابل پارکینسون خاصیت حفاظتی دارد.

این تحقیق که نتایج آن در مجله سالنامه عصب شناسی منتشر شده از 490 بیماری که پزشکان به تازگی بیماری پارکینسون آنها تشخیص داده شده درباره عادات تغذیه‌ای آنها و استفاده از تنباکو پرسشهایی پرسید.

همچنین در این تحقیقات 644 نفری که از هیچ شرایط عصب شناختی رنج نمی‌بردند نیز شرکت کرده بودند.

مصرف سبزیجات به طور کلی بر خطر پارکینسون تأثیرگذار نیست. احتمال ابتلای افرادی که سبزیجاتی از خانواده بادنجانیان مصرف می‌کنند کم است، این نوع خوردنی‌ها شامل میزان اندکی نیکوتین است، همان ماده شیمیایی اعتیادآوری که در سیگار استفاده می‌شود. خانواده بادنجانیان شامل بادنجان، سیب‌زمینی، فلفل دلمه‌ای و گوجه فرنگی می‌شود.

این روند برای خانواده‌های فلفلها از سایرین بیشتر بود. افرادی که به هیچ نوع از تنباکو استفاده نمی‌کردند دست کم دوبار در هفته فلفل می‌خورند تا 30 درصد کمتر به پارکینسون مبتلا می‌شود.

اگرچه شواهد نشان می‌دهد که نیکوتین ماده فعال این تحقیق باشد، اما این تیم تاکنون تکذیب نکرده است که شاید یک ماده شیمیایی باشد که همان تأثیرات تنباکو را دارد و چنین تأثیری را در بیماران ایجاد می‌کند. یکی از این احتمالات آناتابین بود که دارای خاصیت‌های ضدالتهابی است

نکته‌ای که باید مورد توجه قرار گیرد این است که افرادی که سیگار می‌کشند کمتر دچار این بیماری می‌شوند، حتی افرادی که دود سیگار استنشاق می‌کنند نیز در مقابل این بیماری به نوعی محافظت شده هستند.

این درحالی است که کریل بیل از بنیاد خیریه پارکینسون بریتانیا اظهار داشت که این تحقیق هنوز برای اتخاذ نتیجه‌های انضمامی بسیار کوچک است.

میزان نیکوتین در سبزیجات می‌تواند بسته به شرایط رشد، انبار، درو و شیوه‌های پخت و پز متغیر باشد.

پارکینسون همان لرزش در وضعیت استراحت است که شیوع آن بیشتر در سنین پیری است اما در جوانان هم دیده می‌شود شیوع آن در تمام مناطق دنیا یکسان است یعنی درصد شیوع بیماری با تغییر در منطقه چندان فرق نمی‌کند.

بطور کلی این بیماری بر اثر از بین رفتن سلول‌های ترشح کننده ماده‌ای به نام دوپامین (که یک انتقال دهنده عصبی است) رخ می‌دهد. این اما گفته می‌شود که نقش کاردرمانی و فیزیوتراپی در این زمینه بسیار زیاد است زیرا مانع پیشرفت بیماری و محدودیت عملکرد می‌شود.