



## زردچوبه، ادویه ای با کاربرد دارویی!

بررسی های جدید نشان می دهند که زردچوبه به پیشگیری و درمان برخی بیماری های مفصلی مثل آرتريت روماتوئید (نوعی بیماری التهابی مفصل) و پوکی استخوان کمک می کند.

سلامت نیوز: بررسی های جدید نشان می دهند که زردچوبه به پیشگیری و درمان برخی بیماری های مفصلی مثل آرتريت روماتوئید (نوعی بیماری التهابی مفصل) و پوکی استخوان کمک می کند.

از سال ها پیش در طب سنتی به ویژه در آسیا ریشه زردچوبه به عنوان یک روش درمانی برای بهبود التهاب مفاصل کاربرد داشته است. ماده موثره زردچوبه ترکیبی به نام کارکامین است. امروزه مکمل های غذایی حاوی کارکامین تولید شده است زیرا بر اساس مطالعات، این ترکیب دارای خواص ضد التهابی می باشد.

برای انجام این تحقیق در مرکز پژوهش طب گیاهی آریزونا، عصاره های مختلفی از زردچوبه تهیه گردید. نتایج نشان داد که این ماده علائم التهاب مفصل را کاهش می دهد.

این محققان معتقدند که احتمالاً روزانه 1.5 گرم کارکامین برای کاهش التهاب مفاصل مورد نیاز است، که این مقدار در حدود 10 برابر میزان مصرف روزانه زردچوبه يك فرد عادی است. بنابراین بهترین راه برای تأمین این مقدار کارکامین استفاده از مکمل های غذایی است.

به گفته متخصصان احتمالاً سایر مواد آنتی اکسیدانی موجود در زردچوبه به جز کارکامین هم دارای خواص ضد التهابی هستند و این مواد همراه هم با کارکامین واکنش های التهابی را مهار می کنند.

منبع: سیمرغ