

## پیشگیری از بیماری قلبی با مصرف زغال اخته

تحقیقات جدید نشان می‌دهد: زغال اخته از بیماری‌های قلبی، دیابت و چاقی جلوگیری می‌کند.



تحقیقات جدید نشان می‌دهد: زغال اخته از بیماری‌های قلبی، دیابت و چاقی جلوگیری می‌کند. مصرف منظم زغال اخته که غنی از ترکیباتی به نام پلی فنول هاست، بیش از یک دوره هشت هفته ای به پیشگیری و بهبود بیماری‌های مرتبط با سندرم متابولیسم کمک می‌کند.

سرپرست این تحقیق، دکتر کلیمیس زاکاس، استاد تغذیه بالینی دانشگاه ماین آمریکا گفت: سندرم متابولیسم گروهی از عوامل خطر شناخته شده در چاقی، فشارخون، التهاب، چربی خون، عدم تحمل گلوکز، مقاومت به انسولین و اختلال عملکرد اندوتلیال است.

محققان اظهار کردند: برخی مواد موجود در مواد غذایی در برابر سندرم متابولیسم از بدن محافظت می‌کنند. این ترکیبات به طور طبیعی وجود دارند و در نتیجه موجب کاهش درمان دارویی و معالجه پزشکی می‌شوند.

وی افزود: تحقیقات پیشین ما بر روی موش‌ها نشان داد پلی فنول‌ها تأثیرات سودمندی بر سلامتی عروق و فشارخون بالا دارند و تحقیقات جدید حاکی از مزایای زغال اخته وحشی بر پیشگیری از سندرم متابولیسم در مدل انسانی است.

محققان دریافتند: تغذیه هشت هفته ای موش‌ها با زغال اخته موجب تنظیم، بهبود و تعادل بین شل شدن و جمع شدن دیواره رگ‌ها می‌شود و در موش‌های چاق مبتلا به سندرم متابولیسم نیز باعث بهبود فشار و جریان خون می‌شود.

دکتر زاکاس افزود: مصرف زغال اخته وحشی موجب کاهش التهاب مزمن، بهبود میزان چربی غیرطبیعی و ژن مرتبط با سندرم متابولیسم می‌شود. (ایسنا)