

راز سلامتی سیب کشف شد

محققان به تازگی دریافته اند که ماده‌ای موسوم به «پکتین» در سیب، راز سلامتی این میوه خوش طعم است...



محققان به تازگی دریافته اند که ماده‌ای موسوم به «پکتین» در سیب، راز سلامتی این میوه خوش طعم است. شرح این یافته که در مجله علمی «بی ام سی میکروبیولوژی» منتشر شد، مبین آن است که پکتین می تواند تعداد میکروب‌های مفید در دستگاه گوارش را افزایش دهد.

در این تحقیق متخصصان میکروبیولوژی دانشگاه دانمارک تاثیر مصرف سیب را روی موش‌های آزمایشگاهی با خوراندن سیب یا آب این میوه به آنها مورد بررسی قرار دادند تا دریابند که آیا مصرف این میوه می تواند بر میزان باکتری‌ها یا میکروب‌های مفید تاثیری داشته باشد.

محققان متوجه شدند که رژیم غذایی حاوی مقادیر بالا از پکتین که در سیب به وفور یافت می شود، در افزایش میزان این دسته از باکتری‌های مفید دستگاه گوارش بسیار موثر است.

متخصصان خاطر نشان می‌کنند که باکتری‌های مفید همچنین ماده‌ای شیمیایی به نام «پکتین» تولید می کنند که سوختی مهم برای سلول‌های دیواره روده ای می باشند.