

کاهش سیروز کبدی با قهوه

نوشیدن قهوه در روز خطر مرگ ناشی از سیروز کبدی را 66 درصد کاهش می‌دهد.



نوشیدن قهوه در روز خطر مرگ ناشی از سیروز کبدی را 66 درصد کاهش می‌دهد.

یک مقاله علمی که در مجله هیپاتولوژی منتشر شده به شواهد روز افزون تأثیر قهوه و خواص بهداشتی آن بر سلامت کبد اشاره دارد. فهرستی از مزایای نوشیدن قهوه از جمله کاهش خطر سرطان کبد و خطر خودکشی در این مقاله منتشر شده است. همچنین مطالعات اخیر نشان می‌دهد مصرف 200 میلی گرم کافئین در روز حافظه بلند مدت را افزایش می‌دهد.

در این مطالعه دکتر «وون پوای کو» از دانشکده پزشکی سنگاپور به بررسی چگونگی تأثیر قهوه در به حداقل رساندن مرگ و میر ناشی از سیروز کبدی پرداخته است. مدیر تیم تحقیق می‌گوید: این مطالعه روی تأثیر چای سیاه، چای سبز و سایر نوشیدنی‌ها در کاهش خطر مرگ و میر ناشی از سیروز کبدی متمرکز شده است اما با این حال تنها قهوه این خطر را کاهش می‌دهد.

محققان می‌گویند نوشیدنی‌ها در انتخاب شیوه زندگی سالم مؤثر هستند نوشیدن تنها 2 فنجان قهوه در روز خطر مرگ سیروز کبدی را کم می‌کند. محققان بین سال‌های 1993 و 1998 داده‌های مربوط به رژیم غذایی، شیوه زندگی و تاریخچه پزشکی را از طریق پرسشنامه‌هایی ثبت کردند و نتایج این پرسشنامه را به مدت 15 سال مورد مطالعه قرار دادند. نتایج به‌طور کلی نشان می‌دهد افرادی که هر روز حداقل 20 گرم از نوشیدنی‌های الکلی را استفاده می‌کردند به علت سیروز کبدی جانشان را از دست دادند در حالی که مصرف قهوه با خطر کمتر مرگ ناشی از سیروز در ارتباط بود به عبارتی شرکت کنندگانی که هر روز 2 فنجان قهوه می‌نوشیدند 66 درصد کمتر از قهوه خورهای غیر روزانه در معرض خطر مرگ و میر بیماری‌های کبد قرار داشتند.

محققان هشدار دادند نوشیدن قهوه هیچ ارتباطی با سیروز ویروسی (هپاتیت ب) ندارد. این مطالعه برای نخستین بار تفاوت اثرات قهوه بر سیروز غیر ویروسی و ویروسی را نشان داده است. محققان می‌گویند اگرچه تحقیقات نشان می‌دهد دریافت کافئین از منابع متنوع‌تر مانند نوشابه‌های انرژی زا بویژه برای کودکان و نوجوانان مضر است اما تأثیر کافئین موجود در قهوه در پیشگیری و کنترل سیروز کبدی را نباید نادیده گرفت و آن را به عنوان یک عامل درمانی بالقوه در بیماران کبدی مورد ارزیابی قرار داد.

منبع: روزنامه ایران