



کلید لاغری در ارتفاعات است

بر اساس تحقیق جدید، زندگی در ارتفاعات بالا می‌تواند به جلوگیری از چاقی مفرط کمک کند.

بر اساس تحقیق جدید، زندگی در ارتفاعات بالا می‌تواند به جلوگیری از چاقی مفرط کمک کند. به گزارش سرویس پژوهشی خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، محققان با مطالعه پرسنل نظامی سنگین‌وزن در ارتفاعات مختلف ایالات متحده دریافتند افرادی که در ارتفاعات بالا خدمت می‌کنند، کمتر چاق هستند. این مطالعه شش ساله نشان می‌دهد سربازان در ارتفاعات بالا 41 درصد کمتر احتمال داشت که از شرایط سنگین‌وزنی به چاقی مفرط انتقال یابند.

در این پژوهش، محققان آمریکایی تقریباً 100 هزار سرباز زن و مرد ارتش یا نیروی هوایی ایالات متحده با حداقل دو سال سابقه خدمت را بررسی کردند و تعدادی از این افراد در ارتفاعات بالا و تعدادی دیگر در ارتفاعات پایین خدمت می‌کردند. Hypozia، شرایطی است که در آن، بدن یا بخشی از آن از ذخیره اکسیژن کافی محروم می‌شود و ترشح هورمون لپتین افزایش می‌یابد. این موضوع اشتها را سرکوب و متابولیسم را کنترل می‌کند.

علاوه بر این، ترشح هورمون cholecystokinin که مسئول تحریک هضم چربی و پروتئین و همچنین هورمون norepinephrine که شریان‌های خون را باریک می‌کند و می‌تواند با کاهش جریان خون به روده به طور غیرمستقیم بر اشتها اثر بگذارد، نیز در ارتفاعات بالا افزایش می‌یابد. جزئیات این بررسی در مجله PLOS One منتشر شده است.