



تمبره‌ندی در پیشگیری از سرطان موثر است

تمبره‌ندی از جمله خوراکی‌های پرطرفدار و خوشمزه‌ای است که حاوی مواد مغذی و مفید فراوانی است و مصرف آن می‌تواند در پیشگیری از سرطان موثر باشد...

تمبره‌ندی از جمله خوراکی‌های پرطرفدار و خوشمزه‌ای است که حاوی مواد مغذی و مفید فراوانی است و مصرف آن می‌تواند در پیشگیری از سرطان موثر باشد.

دکتر شهرام آگاه در گفت‌وگو با ایسنا، گفت: تمبره‌ندی حاوی اسیدهای آلی فراوانی است که با ایجاد عامل کمک‌کنندگی در هضم غذا، اثر مثبتی در تسریع گوارش غذا خواهد داشت.

وی افزود: در تمبره‌ندی، آنتی‌اکسیدان‌های بسیاری از جمله ویتامین A وجود دارد که این مواد می‌توانند در از بین بردن مواد مضر یا اسیدهای سرطان‌زا نقش داشته باشند. بنابراین مصرف تمبره‌ندی می‌تواند در پیشگیری از سرطان و بیماری‌های مرتبط با آن در بدن موثر باشد.

دکتر آگاه در ادامه ضمن اشاره به اینکه این خوراکی حاوی آنتی‌اکسیدان‌های موثر دیگری نیز است، یادآور شد: لازم به ذکر است که به دلیل وجود برخی دیگر از اسیدهای آلی در تمبره‌ندی، این ماده غذایی می‌تواند بر زخم‌های گوارشی اثر سوء داشته باشد. به عنوان مثال، مصرف آن به افرادی که زخم اثنی عشر دارند، توصیه نمی‌شود.