

نارگیل، پیری مغز را به تاخیر می اندازد

مطالعات محققان دانشگاه «کپنهاگ» دانمارک و موسسه ملی بهداشت نشان می دهد که روغن نارگیل برای سلامت مغز مفید است و روند پیری مغز را به تعویق می اندازد.



مطالعات محققان دانشگاه «کپنهاگ» دانمارک و موسسه ملی بهداشت نشان می دهد که روغن نارگیل برای سلامت مغز مفید است و روند پیری مغز را به تعویق می اندازد.

رژیم غذایی حاوی اسیدهای چرب از پیری سلول های مغز جلوگیری می کند و به خصوص برای درمان پارکینسون و آلزایمر مفید است.

در بدن انسان سیستمی وجود دارد که از پروتئین «DNA» محافظت می کند و تمام آسیب های وارد شده به آن را ترمیم می کند.

این سیستم ترمیم، به مرور زمان و بر اثر افزایش سن، ضعیف می شود و دیگر قادر به محافظت از بدن نیست. همچنین رابطه مستقیمی بین آسیب به «DNA» و سندرم کاکین وجود دارد. سندرم کاکین اختلالی است که باعث پیری زودرس در کودکان می شود.

تحقیقات نشان می دهد که رژیم غذایی حاوی اسیدهای چرب غیر اشباع از آسیب های وارد شده به «DNA» جلوگیری می کند و برخی علائم پیری مانند کاهش شنوایی و بینایی را به تاخیر می اندازد.

یکی از مهمترین بیماری های ناشی از آسیب «DNA»، آلزایمر است. (ایرنا)