

ماهی، بیماری های قلبی را درمان می کند

مطالعات محققان دانشگاه لستر انگلیس نشان می دهد که پروتئین ماهی در درمان بیماری های قلبی عروقی مفید است.



مطالعات محققان دانشگاه لستر انگلیس، نشان می دهد که پروتئین ماهی در درمان بیماری های قلبی عروقی مفید است. تحقیقات نشان می دهد که پروتئین (پپتید) موجود در ماهی در درمان بیماری های قلبی و رگ های خونی، سکته مغزی، حمله قلبی و نارسایی قلبی موثر است.

در ادامه این تحقیقات آمده است که پپتید موجود در ماهی، قادر به باریک کردن رگ های خونی و تنظیم فعالیت های بیولوژیکی مرتبط با کلیه، سیستم عصبی مرکزی و سیستم قلبی عروقی است.

عصاره پپتید ماهی در فروشگاه های برخی کشورها، به مشتریان عرضه می شود.

با توجه به گزارش انجمن قلب آمریکا، ماهی سرشار از پروتئین و چربی های غیر اشباع و اسیدهای چرب امگا 3 است که همگی برای قلب مفید هستند.

این انجمن توصیه کرده است که حداقل دو بار در هفته، از ماهی در رژیم غذایی استفاده شود.

سازمان غذا و داروی آمریکا به زنان باردار توصیه کرده است که از مصرف ماهی های پرورش یافته در آب های آلوده به جیوه اجتناب کنند.

مصرف ماهی برای افراد میانسال و زنان یائسه توصیه شده است.

نتایج این تحقیقات در «Pharmacological Reviews» منتشر شده است. (ایرنا)