



## مصرف توت فرنگی میتواند از ابتلا به آلزایمر پیشگیری میکند

از آنجایی که احتمال ابتلا به بیماری آلزایمر در افراد کم نیست، پیشگیری از ابتلا باید در پس زمینه فکر و ذهن ما باشد.

از آنجایی که احتمال ابتلا به بیماری آلزایمر در افراد کم نیست، پیشگیری از ابتلا باید در پس زمینه فکر و ذهن ما باشد.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از مهر، طبق مطالعه جدید «موسسه مطالعات بیولوژیکی سالک»، پیشگیری از ابتلا به این بیماری می تواند در حد رعایت رژیم های غذایی غنی از میوه و سبزیجات حاوی ماده ای موسوم به «فیستین» ساده باشد.

«فیستین»، فلاونول یافت شده در توت فرنگی، انبه، خیار و سایر سبزیجات و میوه ها است. محققان موسسه سالک مشاهده کردند که این ترکیب ساده توانست ریسک ابتلا به آلزایمر را در موش ها کاهش دهد، و می تواند در مورد انسان ها هم موثر باشد.

«پاملا ماهر» عضو ارشد این تیم مطالعه، می گوید: ما تاکنون نشان داده ایم که ماده «فیستین» می تواند در حیوانات عادی موجب بهبود حافظه شود. آنچه که ما در اینجا نشان دادیم این است که این ماده می تواند در حیوانات مستعد به ابتلا به آلزایمر هم تاثیر داشته باشد.

«ماهر» و تیمش با سند و مدرک نشان داده اند که ماده «فیستین» دارای ویژگی های ضدالتهابی و ضداکسایشی در مغز است. همچنین این ماده قادر به تشخیص مسیر سلولی مرتبط به عملکرد حافظه است.

این تیم تحقیق به بررسی موش های با ژن های جهش یافته که مستعد ابتلا به آلزایمر بودند، پرداختند. در سن سه ماهگی، محققان موش ها را با رژیم غذایی غنی از «فیستین» تغذیه کردند. از طریق تست ماز و حافظه، آنها گروه تغذیه شده با فیستین را در مقابل گروه کنترل مورد تجزیه و تحلیل قرار دادند.

موش هایی که ماده فیستین را دریافت نکرده بودند، در سن ۹ ماهگی برای انجام تست ماز تقلای زیادی می کردند، اما موش های تغذیه شده با فیستین، همانند موش های عادی و غیرمستعد به ابتلا به آلزایمر، در هر دو سن ۹ ماهگی و ۱۲ ماهگی، این تست را انجام دادند.

به گفته «ماهر»، «حتی اگر بیماری در حال پیشروی باشد، ماده فیستین قادر به ادامه پیشگیری از علائم بیماری است.»

آنچه که در مورد این آزمایش جالب است، مزایای یافت شده در افزایش پلاک های نشاسته ای در مغز است. پلاک های نشاسته ای، پروتئین های مرتبط با تغییرات مغز در بیماری آلزایمر می باشند. بسیاری از داروها و مطالعات مرتبط با آلزایمر صرفاً متمرکز بر این پلاک ها هستند. ارتباط بین روغن نارگیل و آلزایمر هم به شکل غیرقابل انکاری قوی است، به طوریکه نشان داده شده که روغن نارگیل، «داروی معجزه آسای» زوال عقل است.

در حالیکه به گفته «ماهر»، مرحله بعدی تحقیق، بکارگیری یافته هایشان در درمان آلزایمر است، اما همین یافته ها می تواند بیانگر نقطه شروع خوبی برای افرادی باشد که در تلاش برای پیشگیری از ابتلا به این بیماری هستند.