

«دراسة تكشف 3 مشروبات يومية «تسرق الدماغ»



كشفت دراسة أجراها باحثون ألمان، أن الإسراف في تناول المشروبات التي تحتوي على نسبة عالية من السكريات «المضافة، يزيد فرص الإصابة بمرض الخرف، أو ما وصفته بـ «سرقة الدماغ».

أن ذلك يشمل 3 أنواع: بعض مشروبات الفواكه، Springer Nature، ووجدت الدراسة المنشورة في مجلة ومشروبات الحليب المنكهة، وكذلك المشروبات الغازية كاملة الدسم

كما ارتبطت عصائر الفواكه، التي تحتوي على سكريات طبيعية بمرض الخرف، ولكن بدرجة أقل، بينما وجدوا أن الشاي والقهوة لا يزيدان من خطر الإصابة بهذا المرض على الإطلاق، وفقاً لصحيفة «ذا صن» البريطانية

وقام باحثو الدراسة بتحليل الأنظمة الغذائية لـ 186622 مشاركاً في الدراسة، تتراوح أعمارهم بين 37 إلى 73 عاماً، لمدة تصل إلى عشر سنوات، وتم تسجيل 1498 حالة خرف خلال تلك الفترة

ولا يعرف العلماء على وجه الدقة لماذا يمكن أن تؤدي زيادة تناول السكر إلى زيادة خطر الإصابة بالمرض، لكن بعض

الدراسات تشير إلى أن السكر يمكن أن يسبب الالتهاب، والذي يعتقد أنه يلعب دوراً في حالات التنكس العصبي مثل مرض الزهايمر، وهو الشكل الأكثر شيوعاً للحالة

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024.