ملاحق الخليج, ملحق الصحة و الطب

23 مارس 2019 23:41 مساء

الكاكاو يفيد مرضى التصلب المتعدد

أشارت نتائج دراسة حديثة إلى أن شرب كوب من الكاكاو يومياً يقلل الإجهاد لدى من يعانون التصلب المتعدد ما يعد وصفة علاجية لذيذة تفيد المرضى.

يصنف التصلب المتعدد على أنه إحدى حالات التنكس العصبي الذي يعانيه الكثيرون حول العالم، ويعد الإجهاد أحد أكثر الأعراض المرهقة والصعبة التي تتسم بها تلك الحالة.

يحتوي الكاكاو على الفلافونويدات وهي مضادات الأكسدة الموجودة بكثير من الفواكه والخضراوات، وثبتت من قبل فعاليتها في محاربة الالتهابات كما أن لها خصائص تمسح الشوارد الحرة وتقضي عليها؛ ومن خلال الدراسة الحديثة والتي شملت 40 شخصاً من مرضى التصلب المتعدد وجد أن شرب الكاكاو الغني بالفلافونويدات ساعد المرضى على تحسين حالتهم من ناحية مستويات الانتباه وسرعة المشي بنسب كبيرة فاقت من كانوا يشربون النوع المحتوي على كميات أقل من مضادات الأكسدة تلك؛ كما أن الكاكاو الغني ساعد على تراجع الشعور بآلام المرض.

يتضح من نتائج الدراسة أن التدخل الغذائي يمكن أن يعطي فائدة على المدى الطويل في تعزيز مقدرات الجسم على التعامل مع الآلام الناجمة عن التصلب المتعدد من خلال تحسين المقدرة على تحمل الإجهاد والمشي.

"حقوق النشر محفوظة "لصحيفة الخليج .2024 ©