

الدهون الحشوية مرتبطة بالزهايمر



إعداد: محمد عز الدين

أظهرت دراسة حديثة أجراها باحثون أمريكيون في جامعة واشنطن في سانت لويس، أن الأشخاص الذين لديهم كميات كبيرة من الدهون الحشوية، أكثر عرضة للإصابة بمرض الزهايمر مع تقدمهم في العمر، ولا ينعكس هذا النوع من الدهون بالضرورة في ارتفاع مؤشر كتلة الجسم.

وقال د. سايروس راجي، أخصائي الأشعة العصبية في الجامعة، والباحث الرئيسي في الدراسة: «الدهون الحشوية، هي التي تتراكم حول الأعضاء الداخلية، حتى لدى الأشخاص الذين يعانون مؤشر كتلة جسم صحياً، وترتبط بإحداث تغيرات في الدماغ قبل عقود من ظهور أي أعراض للتدهور المعرفي، وارتبطت الدهون الحشوية بالالتهاب الجهازي، الذي يحدث عندما يكون الجهاز المناعي يعمل باستمرار حتى عندما لا يكون هناك تهديد للصحة، ومستويات أعلى من «الأنسولين، وكلاهما متورط في تطور مرض الزهايمر».

وأضاف: «ولمعرفة التأثير المحتمل للدهون الحشوية في الإصابة بمرض الزهايمر، حللنا بيانات 54 متطوعاً يتمتعون بصحة معرفية جيدة، وتتراوح أعمارهم بين 40 و60 عاماً ومتوسط مؤشر كتلة جسمهم 32، ويعتبرون بدناء وأوضح راجي: «يرتبط الالتهاب والمستويات العالية من الأنسولين، التي تمنع البروتينات التي تكسر الأميلويد في الدماغ، بالدهون الحشوية، وإن أفضل طريقة لفقدان الدهون الحشوية هي من خلال ممارسة الرياضة، وخاصة التمارين الهوائية».

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024.