

المشروبات المحلاة تسبب السكتة الدماغية



إعداد: محمد عز الدين

أشارت دراسة حديثة أجراها فريق من الباحثين، بقيادة مستشفى شنغهاي التاسع الشعبي، إلى أن المشروبات التي تحتوي على سكر مضاف، أو مواد تحلية صناعية، ترتبط بزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب التي تزيد من خطر الإصابة بالسكتة الدماغية.

وقال د. نينغجيان وانغ، الطبيب في المستشفى، والباحث الرئيسي للدراسة: «وجد تحليل لبيانات 200 ألف شخص بالغ في بريطانيا، أن الأشخاص الذين يتناولون أسبوعياً لترين من المشروبات منخفضة السعرات الحرارية، مع محليات مثل السكرالوز، أو الأسبارتام، أو السكرين، أو الأسيسولفام، كان لديهم خطر أعلى بنسبة 20 ٪ للإصابة بالرجفان الأذيني الذي يسبب عدم انتظام ضربات القلب».

وتابع: «أما الذين يتناولون كمية مماثلة من المشروبات التي تحتوي على سكر مضاف، مثل السكر الأبيض أو السكروز

أو الشراب، كانوا أكثر عرضة للإصابة بالرجفان الأذيني بنسبة 10٪، في الوقت الذي يرتبط فيه تناول لتر من العصير الطبيعي أسبوعياً، مثل عصير البرتقال، أو الخضار، بانخفاض خطر الإصابة بالرجفان الأذيني بنسبة 8

وأوضح: «لا يمكن لنتائج دراستنا أن تستنتج بشكل قاطع أن أحد المشروبات يشكل مخاطر صحية أكثر من الآخر بسبب تعقيد وجباتنا الغذائية، ولأن بعض الناس قد يتناولون أكثر من نوع واحد من المشروبات، ومع ذلك، نوصي الناس بتقليل، أو حتى تجنب المشروبات المحلاة صناعياً، وبالسكر المضاف، كلما أمكن ذلك

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024