

دراسة: قشر التفاح يقى من هشاشة العظام ويقلل الكوليسترول بالدم



السبت 11 يونيو 2011 12:06 م

11/06/2011

اكتشف فريق من العلماء بالولايات المتحدة الأمريكية احتواء قشر التفاح على مركب طبيعى يعمل على الوقاية من هشاشة العظام، بالإضافة إلى أنه يعمل على تقليل مستوى الدهون والكوليسترول فى الدم □
وتتسبب هشاشة العظام فى العديد من المشكلات الصحية والتي تصيب الكثيرين مع التقدم فى السن □
وكانت الابحاث قد أجريت بجامعة "أيوا" الامريكية على مجموعة من المتطوعين من كبار السن، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين تناول أفراد الاولى كميات منتظمة ووفيرة من التفاح فى نظامهم الغذائى فى الوقت الذى تناول أفراد الثانية عقارا زائفا □
وأشارت المتابعة إلى أن الاشخاص الذين انتظموا فى تناول التفاح نجحوا فى زيادة كثافة عظامهم والكتل العضلية لديهم بصورة ملموسة بالمقارنة بغيرهم الذين تناولوا عقارا زائفا □

أش أ