

دراسة: الشعير يحمى القلب



الأحد 11 مارس 2012 12:03 م

أكد مجموعة من الباحثين الأمريكيين من خلال دراسة طبية حديثة أن دائرة الغذاء والدواء الأمريكية قد أنهت موافقتها الطبية على قاعدة تسمح بالعرض ضمن البيانات الغذائية أن الشعير يعمل على تخفيض مخاطر التعرض لأمراض القلب المختلفة .

وقال الباحثون إن الحبوب الكاملة للشعير والشعير المطحون الجاف ومنتجاته مثل رقائق الشعير والطحين والشعير المقشور الذي يحتوي على الأقل 75.0 جم من الألياف الذائبة في الماء لكل مقدار واحد تحمى سلامة القلب .

وأضافوا أن حبوب الشعير تحتوي على مشابهاً فيتامينات "هـ" التي لها القدرة على تثبيط إنزيمات التخليق الحيوي للكولسترول ولهذا السبب تشير الدلائل العلمية إلى أهمية فيتامين "هـ" الذي طالما عرفت قيمته لصحة القلوب إذا تم تناوله بكميات كبيرة

ويسهم العلاج من مادة مصنوعة من الشعير الخالص في الوقاية من أمراض القلب والدورة الدموية إذ تحمي الشرايين من التصلب خاصة شرايين القلب التاجية فتقي من التعرض لآلام الذبحة الصدرية وأعراض نقص التروية واحتشاء عضلة القلب .

أما المصابون فعلياً بهذه العلة الوعائية والقلبية فتساهم المادة المصنوعة من الشعير بما تحمله من فوائد صحية فائقة الأهمية في الإقلال من تفاقم حالتهم المرضية .

أش أ