

زيت الزيتون يقوى الذاكرة ويحمى من الزهايمر



الأربعاء 21 يونيو 2017 11:06 م

أفادت دراسة أمريكية حديثة، بأن تناول زيت الزيتون البكر، يقوى الذاكرة ويعزز القدرة على التعلم، ويقلل من تشكيل لويحات "إميلويد بيتا" التي تسهم في الإصابة بمرض الزهايمر.

الدراسة أجراها باحثون بكلية الطب جامعة تيمبل الأمريكية، ونشروا نتائجها اليوم الأربعاء، في دورية (Annals of Clinical and Translational Neurology) العلمية.

وللوصول إلى نتائج الدراسة، مجموعة من الفئران المصابة بمرض الزهايمر، وتم تقسيمها إلى مجموعتين.

وتناولت المجموعة الأولى من الفئران زيت الزيتون البكر، فيما تناولت المجموعة الأخرى نظامًا غذائيًا لا يحتوي على زيت الزيتون.

وتم إدخال زيت الزيتون في النظام الغذائي للفئران، عندما كان عمرها 6 أشهر، قبل أن تبدأ أعراض مرض الزهايمر في الظهور لديها.

وعندما بلغت الفئران سن 9 أشهر إلى 12 شهرًا، وجد الباحثون أن المجموعة التي تغذت على زيت الزيتون البكر، سجلت أداء أفضل بكثير في الاختبارات المصممة لتقييم الذاكرة وقدرات التعلم.

أظهرت دراسات أنسجة المخ في كلا المجموعتين أن هناك اختلافات كبيرة في ظهور الخلايا العصبية والوظيفة.

وقال قائد فريق البحث، دومينيكو براتيكو إن "الخلايا الدماغية لدى الفئران التي تغذت على زيت الزيتون البكر انخفضت لديها مستويات لويحات تسمى بروتين أميلويد بيتا، وهي مواد لزجة تتراكم في الدماغ، قبل عقود من ظهور أعراض الزهايمر الذي يسبب بفقدان الذاكرة ومشاكل في الإدراك".

وزيت الزيتون البكر هو الزيت المستخلص بطرق طبيعية فقط، وفي ظروف حرارية مناسبة، بحيث لا تتغير مواصفات الزيت، ويحتفظ بطعمه الأصلي ورائحته المميزة والفيتامينات الطبيعية.

ولا يوجد حتى الآن علاج معتمد لمرض الزهايمر، ولكن هناك بعض الأدوية التي يمكن أن تساعد على إبطاء تطور المرض، وتحسين نوعية الحياة.

وخلص تقرير أصدره معهد الطب النفسي في جامعة "كينجز كوليدج" في لندن، بالتعاون مع الاتحاد الدولي للزهايمر، في سبتمبر 2014، إلى أن عدد الأشخاص الذين يعانون من الزهايمر ارتفع بنسبة 22% خلال الأعوام الثلاثة الأخيرة ليصل إلى 44 مليونًا، وأن العدد سيزداد 3 أضعاف بحلول عام 2050 ليصبح عدد المصابين بالمرض 135 مليونًا تقريبًا في العالم، بينهم 16 مليونًا في أوروبا الغربية.