

อาหารลดน้ำหนักให้โทษ..... ทำให้หลอดเลือดอุดตัน

นำเสนอเมื่อ : 19 ก.ย. 2552

แพทย์เมืองยิว ทดลองพบว่า อาหารลดน้ำหนักทำให้ มีผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มเหลว ขณะที่อาหารมีส่วน ประกอบ กับการออกกำลังกายจะเหมาะกับคนเรามากที่สุด...

วารสาร "สมาคมวิทยาศาสตร์อเมริกัน" รายงานว่า ได้มีการศึกษาพบว่า อาหารลดน้ำหนักจำพวกที่มีแป้งและน้ำตาลต่ำอาจจะกลายเป็นผู้ร้ายทำให้หลอดเลือดอุดตัน และล่อแหลมกับการเป็นภาวะหัวใจล้มและโรคสมองขาดเลือด

ศูนย์แพทย์เบธ ดีคอนเนสส์ ของอิสราเอล ได้ศึกษาพบในการทดลองกับหนูทดลองว่า อาหารแบบนี้กลับทำให้หลอดเลือดเสียหาย โดยทั้งนักวิจัยและผู้เชี่ยวชาญอิสระล้วนแต่เห็นพ้องกันว่าอาหารที่สมส่วนนั้นดีที่สุด ศูนย์แพทย์ยิวได้เริ่มจับเรื่องนี้เมื่อได้ข่าวว่า อาหารลดน้ำหนักทำให้ มีผู้ป่วยภาวะหัวใจล้มขึ้น

นักวิจัยได้พบในการศึกษากับหนูว่า แม้อาหารแบบนี้จะไม่มีผลกับระดับคอเลสเตอรอล แต่ก็ส่งผลทำให้เป็นโรคหลอดเลือดแดงแข็ง เกิดคราบไขมันจับหลอดเลือด ซึ่งอาจทำให้หัวใจล้ม และโรคสมองขาดเลือดได้ โดยที่ไม่เข้าใจสาเหตุเหมือนกัน แต่คาดว่าอาหารที่มีแป้งและน้ำตาลต่ำอาจมีผลกระทบเซลล์ไขกระดูกซึ่งช่วยกวาดล้างตะกอนไขมันที่จับตามหลอดเลือด

ดร.แอนโทนี่ โรเซนชเวก หัวหน้านักวิจัยให้ความเห็นว่า "ดูเหมือนว่าอาหารมีส่วน ประกอบกับการออกกำลังกายจะเหมาะกับคนเรามากที่สุด".

ที่มาไทยรัฐ