

## "กานพลู" เครื่องเทศ ต่อด้านอนุมูลอิสระ

● นำเสนอเมื่อ 27 มี.ค. 2553

นักวิจัยของมหาวิทยาลัยมิกวล เฮอนันเตซ  
ยกให้กานพลูเป็นเครื่องเทศที่มีสรรพคุณเป็นสารต่อต้านอนุมูลอิสระธรรมชาติ ทำคุณประโยชน์  
ให้ร่างกายมากที่สุด

พวกเขาได้พบในการแยกธาตุกานพลูพบว่า มีสารประกอบฟีนอลิกในระดับสูง รวมทั้งคุณสมบัติอย่างอื่น  
"ในการทดสอบคุณสมบัติของการเป็นสารต่อต้านอนุมูลอิสระ 5 แบบ มันจะให้ไฮโดรเจนออกมาได้มากที่สุด  
ช่วยลดไขมัน และเป็นตัวดูดซึมธาตุเหล็กได้ดีที่สุด" นักวิจัยผู้หนึ่งเผย

ด้วยเหตุผลนั้น นักวิจัยจึงได้ระบุไว้ในรายงานผลการศึกษา เผยแพร่อยู่ในวารสาร "กลีนและรอส"  
ของสหรัฐจัดอันดับให้กานพลูเป็นตัวต่อต้านอนุมูลอิสระธรรมชาติอันดับ 1

"ผลการศึกษาแสดงว่า การใช้สารต่อต้านอนุมูลอิสระธรรมชาติ  
ดังที่เป็นอยู่ในอาหารแบบชาติตามริมฝั่งทะเลเมดิเตอร์เรเนียน หรือสารสกัดของมัน  
สารเหล่านี้แสดงให้เห็นสรรพคุณในฐานะ เป็นสารต่อต้านอนุมูลอิสระอย่างสูงและซึ่งอาจจะให้คุณแก่สุขภาพ"

ขอบคุณข้อมูลเพื่อการศึกษาจาก **หนังสือพิมพ์ไทยรัฐ**

<http://www.thairath.co.th/content/life/73100>