الخوخ يساهم فى القضاء على السمنة

تمكن فريق من الباحثين الأمريكيين من التوصل إلى معلومات جديدة ومثيرة بشأن فاكهة الخوخ ودورها فى محاربة مرض السمنة والمساهمة فى القضاء عليها، حيث أشاروا إلى أن هذه الثمرة تحتوى على العديد من المركبات الطبيعية ذات الفعالية الحيوية القادرة على محاربة السمنة والتخلص من الكيلوات والسعرات الحرارية الزائدة.

وأذيعت هذه النتائج فى المؤتمر العلمى الذى عقدته مؤخراً الجمعية الأمريكية للكيمياء بمدينة فيلاديفيا، وشارك فيه نخبة من العلماء وأساتذة الجامعات على مستوى العالم.

وأشار الباحثون إلى أن الخوخ يحتوى على تركيبة فريدة من المركبات الطبيعية لها دور فعال فى علاج الخلل فى نظام التمثيل الغذائى الخاص بالإنسان والذى يصاحب مرض السمنة، والتى انتشرت بشكل مخيف فى الآونة الأخيرة وأصبحت تهدد صحة مئات الملايين من البشر على مستوى العالم.

وتابع الباحثون أن الخوخ يحتوى على مجموعة من المركبات الفينولية، لها خصائص مضادة للالتهابات و مضادة السمنة، ولها تأثير تكاملى مع بعضها البعض، وتتعامل مع الخلية من خلال عدة استراتيجيات تساهم فى النهاية بتقليل نسبة الدهون وحرقها، المستويات، ومن أمثلة تلك المركبات الفينولية "anthocyanins" و"acids clorogenic" و"quercetin" و"catechines".

واستفاض الباحثون بشكل أكبر فى آلية عمل الخوخ، مشيرين إلى أن تلك المواد تعمل معا بشكل متكامل وتحدث تأثيرها المضاد للسمنة على العديد من الخلايا بجسم الإنسان، أبرزها الخلايا الدهنية والخلايا البطانية والماكروفاج، وهو ما يعزز فى النهاية من تأثير فقدان الدهون، وكما أن تلك المواد لديها القدرة على تقليل ضرر الكولسترول الضار والمؤكسد على الأوعية الدموية، بما يقلل فى النهاية من خطر الإصابة بأمراض القلب أيضاً.