رۆنی زەیتون ئازارشکێنە

زۆر لە مێژە پسپۆرانی بواری خۆراك و تەندروستی پێیان وایە کە خۆراکی دەریای سپی ناوەراست زۆر بە سوودە بۆ مرۆ .

توێژیارانی فیلادێلفیا– ئەمێریکایی لە دوا ژمارەی گۆڤاری پزیشکی Nature دا راپۆرتێکیان بلاوکردۆتەوە تیایدا ئاماژەدەکەن کە:

ئەو توێژیارانە هەمان مادەی ناسراوی نێو ئازارشکێنەکان لە نێو رۆنی زەیتوندا دۆزیوەتەوە . یەکێك لەوانە ناوی Gary Beauchmap و لە Monell Chemical Senses Center. Philadelphia کاردەکات ، لە ئیتالیا تاقیکرنەوەیەکی ئەنجامدا کە پاش خواردنەوەی قومێك رۆن زەیتون هەستێکی تایبەتی لە گەروودا پەیدادەکات وەك هەمان هەست وایە لە کاتی خواردنی ئازارشکێنەکاندا پەی پێ دەکرێت .

پاش ئەم دیاردەیە پسپۆرانی ئەمێریکا رایانگەیاند کە ئەوان توانیویانە لە رۆنی زەیتوندا هەمان کاریگەری دژی سووربونەوە (antiinflammation) بدۆزنەوە .

ئەوەی شایانی باسە ئەو مادەیەکی کە ئەوان لە نێو رۆنی زەیتوندا دۆزییانەوە ئەو هەستە تایبەتییە دەدا بە گەروی مرۆ و نێویان لێنا aleocanthal .

پاشتر توانیان بیسەلمێنن کە مادەی نێوبراو هەمان کاریگەری وەك ئازارشکێن و دژی سووربونەوە هەیە . نزیکەی 50 گرام لە رۆن زەیتون نزیکەی 9 ملیگرام aleocanthal تیادایە ، واتە وەك لە 10٪ ی ئەو بڕە Ibrufen دەبێت کە وەك ئازارشکێت دەدرێت بە گەورەسالان .

سەرچاوە

1– رۆژنامەی ئافتۆنبلادێت ی سوێدی ژمارەی رۆژی 1 سەپتەمبەری 2005 .