

القهوة والشاي يهدان من خطر الوفاة بأمراض القلب (دراسة)



الأربعاء 18 يناير 2017 م

أفادت دراسة بريطانية حديثة، بأن تناول القهوة والشاي، يقلل الوفيات الناجمة عن الالتهابات المزمنة، من خلال تقليل المواد الكيميائية في الدم التي يمكن أن تؤدي لوقوع أزمات ووفيات بأمراض القلب والأوعية الدموية.

أجرى الدراسة باحثون في "معهد المناعة وزرع الأعضاء والعدوى"، التابع لجامعة ستانفورد البريطانية، ونشروا نتائجها، اليوم الثلاثاء، في دورية (Nature Medicine) العلمية.

وأوضح الباحثون، أن مادة الكافيين الموجودة في القهوة والشاي تحول دون تراكم مواداً كيميائية في الدم، ما يمنع حدوث الالتهابات المزمنة في الأوعية الدموية.

وأضافوا أن التهاب الأوعية الدموية، يلعب دوراً رئيسياً في الإصابة بأزمات قلبية، بالإضافة إلى أمراض الشيخوخة، وتوصل الباحثون أيضاً إلى أن مادة "الثيوبورومين"، الموجودة في الشكولاتة لها تأثير مضاد للالتهاب أيضاً.

وأجرى فريق البحث دراسته على مجموعة من المشاركون تتراوح أعمارهم بين 20 إلى 30 عاماً، ومجموعة أخرى تزيد أعمارهم عن 60 عاماً، ووجدوا أن الأشخاص الذين يعيلون لتناول القهوة والشاي لديهم مستويات منخفضة من الالتهابات المزمنة.

وقال قائد فريق البحث، الدكتور ديفيد فورمان إن "أكثر من 90% من الأمراض المتعلقة بالتقدم في السن مرتبطة بالالتهاب المزمن".

وأضاف "من المعروف أن تناول الكافيين مرتبط بإطالة العمر، والكثير من الدراسات أوضحت هذا الارتباط، ونحن توصلنا للسبب المحتمل لحدوث ذلك".

وكانت دراسات سابقة كشفت عن أن تناول القهوة قد يقي من الأمراض العصبية، بما في ذلك مرض الزهايمر، وتوقف انتشار عدد من الأورام السرطانية، مثل سرطان الثدي وسرطان بطانة الرحم.

وربطت الدراسات بين التناول المنتظم للقهوة وانخفاض خطر الإصابة بتليف الكبد، خاصة بين المرضى المصابين بفيروس الكبد الوبائي "سي"، وهم أكثر الأشخاص عرضة لترراجع وظائف الكبد.

وأفادت الأبحاث أن تناول من ما بين 3 إلى 5 أكواب من الشاي يومياً، ينبع للأشخاص الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية والسكبة الدماغية.

ووفقاً لمنظمة الصحة العالمية، فإن أمراض القلب والأوعية الدموية تأتي في صدارة أسباب الوفيات في جميع أنحاء العالم، حيث تؤدي الوفاة 17.3 مليون نسمة سنوياً.