

مصرف قهوه و چای خطر ابتلا به سکته مغزی را کاهش می‌دهند



نتایج یک مطالعه که به تازگی منتشر شده، نشان می‌دهد که نوشیدن قهوه یا چای ممکن است خطر ابتلا به سکته مغزی و زوال عقل را کاهش دهد.

به گزارش پایگاه خبری صنعت غذا و کشاورزی (اگرو فود نیوز)، به نقل از خبرگزاری یونایتدپرس، محققان دانشگاه پزشکی «تیانجین» در چین که این مطالعه را انجام داده اند، می‌گویند نوشیدن قهوه یا چای کمتر زوال عقل یا از دست دادن حافظه و کاهش عملکرد شناختی پس از سکته مغزی همراه بود.

در این تحقیق، ۳۶۵ هزار فرد ۵۰ تا ۷۴ ساله را برای بیش از یک دهه تحت نظر قرار گرفتند. در ابتدا افرادی که در این مطالعه شرکت داشتند، میزان مصرف قهوه و چای خود را گزارش کردند. در طول این دوره تحقیق، پنج هزار و ۷۹ نفر از آنها دچار زوال عقل شدند و ۱۰ هزار و ۵۳ نفر حداقل یک بار سکته کردند.

محققان دریافتند افرادی که دو تا سه فنجان قهوه یا سه تا پنج فنجان چای در روز یا ترکیبی از چهار تا ۶ فنجان قهوه و چای می‌نوشند، کمترین خطر ابتلا به سکته مغزی یا زوال عقل را داشتند. خطر سکته مغزی در افرادی که روزانه دو تا سه فنجان قهوه و دو تا سه فنجان چای می‌نوشیدند، ۳۲ درصد کمتر بود. خطر ابتلا به زوال عقل در

این افراد ۲۸ درصد کمتر از افرادی بود که چای یا قهوه نمی‌نوشیدند.

آنها اظهار داشتند که مصرف قهوه به تنهایی یا همراه با چای نیز تا ۴۰ درصد با کاهش خطر ابتلا به زوال عقل پس از سکته مغزی ارتباط داشت. محققان می‌گویند: یافته‌های ما نشان می‌دهد که مصرف متوسط قهوه و چای به‌صورت جداگانه یا ترکیبی با کاهش خطر سکته مغزی و زوال عقل مرتبط است.

این مطالعه همچنین نشان می‌دهد که نوشیدن قهوه به تنهایی یا همراه با چای نیز با کاهش خطر زوال عقل پس از سکته ارتباط دارد. با این حال، اینکه آیا ارائه چنین اطلاعاتی می‌تواند نتایج سکته مغزی و زوال عقل را بهبود بخشد یا خیر، هنوز مشخص نیست.

سکته مغزی یعنی بسته شدن یا پاره شدن یک شریان مغزی که به دنبال آن اختلال در گردش خون آن ناحیه از مغز ایجاد شده و موجب بروز علائمی مثل فلج نیمه بدن، اختلال تکلم و اختلال در راه رفتن می‌شود. زوال عقل، اختلال مزمن و گاهی حاد فرایندهای روانی به علت بیماری عضوی مغز که با تغییر شخصیت و موقعیت‌ناشناسی و اختلال در حافظه و دآوری و اندیشه همراه است. شایع‌ترین نوع زوال عقل، زوال عقل سالخوردگی یا بیماری آلزایمر است.

محققان در مجله Plos Medicine نوشتند: یافته‌های ما نشان می‌دهد که مصرف متوسط قهوه و چای به‌طور جداگانه یا به صورت ترکیبی با خطر کمتر سکته مغزی و زوال عقل مرتبط است.

سرویس خبری: تغذیه و سلامت

منبع: یونا‌یتدپرس