

رژیم غذایی پرفیبر ریسک سرطان کبد را افزایش می‌دهد



یک مطالعه جدید نشان می‌دهد که برخی از افراد ممکن است برای کاهش خطر ابتلا به سرطان کبد به مصرف کمتر فیبر تصفیه شده نیاز داشته باشند.

به گزارش پایگاه خبری صنعت غذا و کشاورزی (اگرو فود نیوز)، به نقل از هلت لاین، سرطان کبد می‌تواند کُشنده باشد، اما کارشناسان هنوز در حال کار برای درک بهترین روش غربالگری و پیشگیری از سرطان کبد هستند.

داده‌های مطالعه اخیر نشان می‌دهد که رژیم غذایی سرشار از فیبر فرآوری شده می‌تواند خطر ابتلاء به سرطان کبد را در برخی افراد افزایش دهد.

محققان دریافتند خطر ابتلاء به سرطان کبد در میان موش‌هایی که دارای یک نقص مادرزادی خاص بودند، زمانی که رژیم غذایی غنی‌شده با فیبر قابل تخمیر مصرف می‌کردند، بسیار زیاد بود. خون این موش‌ها نیز دارای اسید صفراوی بالایی بود.

بر همین اساس، محققان پیشنهاد می‌کنند که غربالگری سطح اسید صفراوی ممکن است به پیش بینی خطر سرطان کبد کمک کند. افرادی که سطح اسید صفراوی بالاتری دارند ممکن است نیاز به رعایت احتیاط در

مصرف میزان غذاهای فرآوری شده غنی شده با فیبر داشته باشند.

فیبر کربوهیدراتی است که فواید سلامت خاصی را برای بدن فراهم می‌کند اما کالری زیادی ندارد.

فیبر به طور طبیعی در بسیاری از میوه‌ها و سبزیجات وجود دارد.

فیبر قابل تخمیر به انواع فیبری اطلاق می‌شود که باکتری‌های روده می‌توانند آنها را تخمیر کرده و تجزیه کنند. در برخی موارد، تولید کنندگان مواد غذایی فیبر قابل تخمیر را به غذاهای فرآوری شده اضافه می‌کنند.

بر اساس گزارش انجمن سرطان آمریکا، سرطان کبد سالانه عامل بیش از ۷۰۰ هزار مرگ در سراسر جهان است.

محققان موش‌هایی را بررسی کردند که نقص مادرزادی خاصی به نام شانت پورتوسیستمیک داشتند که بر جریان خون و تبادل بین کبد و بقیه بدن تأثیر می‌گذارد. خطر ابتلاء به سرطان کبد در این موش‌ها بیشتر بود.

هنگامی که موش‌های در معرض خطر از رژیم‌های غذایی غنی شده با فیبر قابل تخمیر استفاده کردند، خطر ابتلاء به سرطان کبد در آنها افزایش یافت. محققان این نظریه را مطرح کردند که این شرایط می‌تواند به این دلیل باشد که رژیم غذایی فیبر قابل تخمیر به سرکوب سیستم ایمنی کمک می‌کند.

علاوه بر این، موش‌ها سطوح بالایی از اسیدهای صفراوی مربوط به شانت‌های پورتوسیستمیک داشتند. کبد اسیدهای صفراوی را از کلسترول می‌سازد. اسیدهای صفراوی به هضم و جذب چربی کمک می‌کنند.

در حالی که مطالعه کامل شانت‌های پورتوسیستمیک در انسان دشوار بود، محققان می‌توانند سطح اسید صفراوی را بررسی کنند. آنها سطح اسید صفراوی را در مردانی که به سرطان کبد مبتلا شده بودند بررسی کردند و این شرکت کنندگان را با افراد گروه کنترل که به سرطان کبد مبتلا نبودند، مقایسه کردند.

آنها دریافتند که سطح اسید صفراوی برای مردانی که در مراحل بعدی زندگی خود به سرطان کبد مبتلا شده‌اند، تقریباً دو برابر است. این نشان می‌دهد که غربالگری این امر می‌تواند در پیش‌بینی سرطان کبد مفید باشد.

سرويس خبری: تغذيه و سلامت

منبع: هلث لاین