

محققان می گویند؛ حتی یک وعده غذای چرب هم به کبد آسیب می رساند



یک مطالعه جدید نشان می دهد خوردن یک وعده غذای پرچرب نظیر پیتزا یا چیزبرگر، موجب اختلال در عملکرد کبد می شود.

به گزارش خبرنگار مهر، محققان دریافتند میزان بالای چربی اشباع شده موجود در این غذاهای چرب فوراً عملکرد کبد را تغییر می دهد و احتمالاً بدن را در معرض ابتلا به یک بیماری جدی قرار می دهد.

دکتر میشل رودن، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه هنریخ هین آلمان، در این باره می گوید: «تاثیرات آن شبیه موارد مشاهده شده در افراد مبتلا به بیماری شدید متابولیکی است.»

به گفته رودن، «یافته های ما اولین تغییرات در متابولیسم کبد را نشان می دهد که می تواند منجر به بیماری های کبد چرب و سیروز کبدی شود.»

کبد نقش مهمی را در فرآوری چربی ها و کربوهیدرات های مصرفی ایفاء می کند.

در برخی موارد زمانیکه غذاهای چرب به طور مکرر به میزان بیش از

اندازه خورده می شوند، چربی ها انباشت شده و موجب بروز مشکلی موسوم به کبد چرب غیرالکلی می شود.

به گفته محققان، چربی های اشباع نظیر کره، پنیر چرب و روغن نارگیل از بدترین مواد خوراکی برای کبد هستند.

به گفته رودن، «تجمع چربی» موجب می شود کبد ۷۰ درصد گلوکز بیشتری تولید کند که به مرور زمان موجب افزایش سطح قند خون می شود. این وضعیت می تواند در حساسیت به انسولین و ابتلا به دیابت نوع ۲ نقش داشته باشد.

همچنین بار اضافه چربی هم موجب عملکرد سخت تر سلول های کبد می شود که می تواند آنها را تحت فشار قرار داده و منجر به بیماری کبدی شود.

به گزارش خبرنگار مهر، محققان دریافتند میزان بالای چربی اشباع شده موجود در این غذاهای چرب فوراً عملکرد کبد را تغییر می دهد و احتمالاً بدن را در معرض ابتلا به یک بیماری جدی قرار می دهد.

دکتر میشل رودن، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه هنریخ هین آلمان، در این باره می گوید: «تاثیرات آن شبیه موارد مشاهده شده در افراد مبتلا به بیماری شدید متابولیکی است.»

به گفته رودن، «یافته های ما اولین تغییرات در متابولیسم کبد را نشان می دهد که می تواند منجر به بیماری های کبد چرب و سیروز کبدی شود.»

کبد نقش مهمی را در فرآوری چربی ها و کربوهیدرات های مصرفی ایفاء می کند.

در برخی موارد زمانیکه غذاهای چرب به طور مکرر به میزان بیش از اندازه خورده می شوند، چربی ها انباشت شده و موجب بروز مشکلی موسوم به کبد چرب غیرالکلی می شود.

به گفته محققان، چربی های اشباع نظیر کره، پنیر چرب و روغن نارگیل از بدترین مواد خوراکی برای کبد هستند.

به گفته رودن، «تجمع چربی» موجب می شود کبد ۷۰ درصد گلوکز بیشتری تولید کند که به مرور زمان موجب افزایش سطح قند خون می شود. این وضعیت می تواند در حساسیت به انسولین و ابتلا به دیابت نوع ۲ نقش

داشته باشد.

همچنین بار اضافه چربی هم موجب عملکرد سخت تر سلول های کبد می شود که می تواند آنها را تحت فشار قرار داده و منجر به بیماری کبدی شود.