

Νέα μελέτη: Το ελαιόλαδο «σύμμαχος» κατά της καρδιακής ανεπάρκειας!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Το χαρακτηρίζουν ως το «υγρό της ζωής»

Η κατανάλωση ελαιολάδου από ασθενείς με καρδιακή ανεπάρκεια αναστέλλει την ασθένεια άμεσα, διασπώντας τα βλαβερά λίπη και βοηθώντας την καρδιά να τα απορροφήσει ώστε να μην φράσσουν οι αρτηρίες

«Υγρό της ζωής» αποκαλούν οι επιστήμονες από το πανεπιστήμιο του Ιλινόις το ελαιόλαδο! Η συμβολή του στη «μάχη» κατά της καρδιακής ανεπάρκειας, μιας ασθένειας που είναι πολύ συχνή στην εποχή μας και παρουσιάζεται όταν η καρδιά δεν μπορεί να αντλήσει αρκετό αίμα για να το διοχετεύσει στο υπόλοιπο σώμα, είναι εντυπωσιακή και άμεση.

Ο πιο συνηθισμένος λόγος που ένα άτομο παρουσιάζει καρδιακή ανεπάρκεια είναι όταν ο μυς της καρδιάς υποστεί ζημιά μετά από καρδιακή προσβολή, χρήση ναρκωτικών, κατάχρηση αλκοόλ ή μετά από υψηλή αρτηριακή πίεση.

Τα πιο συνηθισμένα συμπτώματα της ασθένειας είναι δύσπνοια, πρήξιμο των ποδιών και των αστραγάλων, κόπωση, απώλεια όρεξης και ταχυκαρδία.

Το ελαιόλαδο βοηθά την «άρρωστη» αντλία της καρδιάς να λειτουργήσει αποτελεσματικά και έχει τον ρόλο του «καυσίμου», που διαλύει τα βλαβερά λίπη, τα οποία φράζουν τις αρτηρίες και βοηθά την καρδιά να τα απορροφήσει.

Ήδη, προηγούμενες μελέτες στο παρελθόν έχουν δείξει ότι μια υγιής καρδιά μπορεί να απορροφήσει τα «τοξικά» λίπη, ενώ η καρδιά όσων πάσχουν από καρδιακή ανεπάρκεια δεν έχει αυτή τη δυνατότητα.

Μέχρι σήμερα δεν έχει βρεθεί αποτελεσματική θεραπεία για την καρδιακή ανεπάρκεια και η νόσος αντιμετωπίζεται με τον συνδυασμό φαρμακευτικής αγωγής και αλλαγής στον τρόπο ζωής, έτσι ώστε οι ασθενείς να διατηρήσουν σταθερή την κατάστασή τους.

Οι επιστήμονες από το πανεπιστήμιο του Ιλινόις έκαναν τα πειράματά τους με αρουραίους προκειμένου να αποδείξουν ότι η κατανάλωση υγιεινών λιπαρών έχει άμεσα θετικά αποτελέσματα για την «αναστροφή» της καρδιακής ανεπάρκειας.

Οι ερευνητές χορήγησαν σε αρουραίους, που έπασχαν από καρδιακή ανεπάρκεια, λιπαρά γαλακτοκομικά προϊόντα και τροφές με ζωϊκά λίπη και κατέγραψαν πώς ανταποκρίθηκε η καρδιά των τρωκτικών μετά την χορήγηση ελαιολάδου.

Ο Douglas Lewandowski, από τους ερευνητές του πανεπιστημίου του Ιλινόις, δήλωσε στην βρετανική εφημερίδα Telegraph ότι όταν στους αρουραίους έδιναν τα «τοξικά» λίπη από γαλακτοκομικά προϊόντα η υγεία της καρδιάς τους χειροτέρευε, ενώ με την χορήγηση λίπους από ελαιόλαδο αμέσως η καρδιά συστέλλεται και η αντλία της «τρέφει» όλο το σώμα με αίμα.

Οι ίδιοι επιστήμονες υποστήριξαν αυτό που έχουν δείξει και προηγούμενες μελέτες, ότι δηλαδή μια διατροφή πλούσια σε ελαιόλαδο μειώνει τον κίνδυνο καρδιακής προσβολής.

Πηγή: protothema.gr