

Το σκόρδο εμποδίζει την εξέλιξη της καρδιοπάθειας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Φωτο: onmed.gr

Επιμέλεια: Ρούλα Τσουλέα

Το σκόρδο μπορεί να εμποδίζει την εξέλιξη της καρδιοπάθειας, μειώνοντας τις αθηρωματικές πλάκες που προκαλούν στένωση στις αρτηρίες της καρδιάς, σύμφωνα με μία νέα μελέτη.

Επιστήμονες από το Ινστιτούτο Βιοϊατρικής Έρευνας (LA BioMed), το οποίο υπάγεται στο Ιατρικό Κέντρο του Πανεπιστημίου της Καλιφόρνια στο Λος Άντζελες (UCLA), χορήγησαν εκχύλισμα σκόρδου σε 55 ασθενείς, ηλικίας 40 έως 75 ετών, οι οποίοι είχαν διαγνωστεί με μεταβολικό σύνδρομο.

Το σύνδρομο αυτό σημαίνει ότι είχαν τουλάχιστον τρεις από πέντε παράγοντες καρδιαγγειακού κινδύνου. Οι παράγοντες αυτοί είναι η υπέρταση, η χαμηλή «καλή» (HDL) χοληστερόλη, τα υψηλά τριγλυκερίδια, η υψηλή περίμετρο μέσης ή/και ο σακχαρώδης διαβήτης.

Κατά την έναρξη της μελέτης οι εθελοντές υποβλήθηκαν σε αξονική

στεφανιογραφία (CCTA) για να καταγραφεί το εύρος και η υφή των αθηρωματικών αλλοιώσεων των στεφανιαίων αρτηριών.

Στη συνέχεια, οι ερευνητές τους χώρισαν σε δύο ομάδες, ζητώντας από τους μισούς να καταναλώνουν καθημερινά εκχύλισμα σκόρδου ψυχρής ωρίμανσης και από τους άλλους μισούς να παίρνουν μία ανενεργή ουσία (εικονικό φάρμακο).

Ένα χρόνο αργότερα, επανέλαβαν σε όλους την αξονική στεφανιογραφία.

Όπως διαπίστωσαν, όσοι έπαιρναν το εκχύλισμα όχι μόνο παρουσίαζαν επιβράδυνση της συσσώρευσης αθηρωματικής πλάκας κατά 80%, αλλά και μείωση στις υφιστάμενες πλάκες.

Επιπλέον, είχαν μειωθεί οι μαλακές πλάκες (είναι αυτές που συνήθως σπάνε και προκαλείται έμφραγμα).

«Τα ευρήματα αυτά υποδηλώνουν ότι το εκχύλισμα σκόρδου μπορεί να επιβραδύνει την εξέλιξη της αθηροσκλήρωσης και να αντιστρέψει τα πρώιμα στάδια της στεφανιαίας νόσου», δήλωσε ο επικεφαλής ερευνητής δρ Μάθιου Τζ. Μπάντοφ, καθηγητής Ιατρικής στο UCLA και διευθυντής του Προγράμματος Καρδιολογικής Αξονικής στον Καρδιολογικό Τομέα του Ιατρικού Κέντρου του πανεπιστημίου.

Η μελέτη δημοσιεύθηκε στην επιθεώρηση «Journal of Nutrition».

Πηγή : Web Only- ygeia.tanea.gr