

Κίρρωση του ήπατος: Τι πρέπει να ξέρουν όλοι



Μια

νέα μελέτη δείχνει ότι η αύξηση στην κατανάλωση καφέ μπορεί να βοηθήσει έναν άνθρωπο να μειώσει τις πιθανότητες εμφάνισης κίρρωσης του ήπατος, η οποία σχετίζεται με το αλκοόλ.

Η μελέτη για την κίρρωση του ήπατος και τον ρόλο που μπορεί να έχει σε αυτή ο καφές δημοσιεύθηκε στο επιστημονικό περιοδικό *Alimentary Pharmacology and Therapeutics* και αποτελεί επανεξέταση πολλών επιμέρους παλαιότεων ερευνών για την συγκεκριμένη πάθηση. Αυτή είναι και η πρώτη επιστημονικά τεκμηριωμένη έρευνα που αναδεικνύει τις πιθανές προστατευτικές ιδιότητες του καφέ στην κίρρωση του ήπατος.

Οι ερευνητές ανέλυσαν συνολικά εννέα επιμέρους μελέτες που παρείχαν στοιχεία για τη σχέση μεταξύ της κατανάλωσης καφέ και του κινδύνου της κίρρωσης.

Ο επικεφαλής της έρευνας, δρ Oliver Kennedy, από το πανεπιστήμιο του Southampton στην Μ. Βρετανία, ανέφερε ότι η επιστημονική του ομάδα συνδύασε τα στοιχεία αυτών των υφιστάμενων μελετών, για να υπολογίσει μια σαφέστερη σύνδεση μεταξύ του καφέ και του κινδύνου κίρρωσης.

“Η κίρρωση είναι δυνητικά θανατηφόρα και δεν υπάρχει καμία θεραπεία γι’ αυτήν μέχρι στιγμής”, δήλωσε ο δρ Kennedy και πρόσθεσε: “Ως εκ τούτου, είναι σημαντικό να μπορέσουμε να μειώσουμε τον κίνδυνο κάθε ατόμου για κίρρωση του ήπατος και αυτό μπορεί να γίνει με κατανάλωση καφέ, που αποτελεί ένα φτηνό και πολύ λειτουργικό ‘όπλο’ σε αυτό”.

Οι ερευνητές υποστηρίζουν ότι αρκούν δύο φλιτζάνια καφέ κάθε μέρα για να μειώσουν τον κίνδυνο ανάπτυξης κίρρωσης του ήπατος κατά 44%. Οι ερευνητές διαπίστωσαν ότι ο κίνδυνος κίρρωσης είναι σχεδόν αντιστρόφως ανάλογος με την κατανάλωση καφέ.

“Για παράδειγμα, σε σύγκριση με άτομα που δεν πίνουν καθόλου καφέ, εκείνοι που πίνουν 1 φλιτζάνι την ημέρα έχουν 22% χαμηλότερο κίνδυνο για κίρρωση και εκείνοι που πίνουν 4 φλιτζάνια την ημέρα έχουν 65% χαμηλότερο κίνδυνο. Ωστόσο, φαίνεται πως υπάρχει ένα ανώτατο όριο πέραν του οποίου δεν υπάρχει επιπλέον όφελος”, είπε ο δρ Kennedy.

Στις συνολικά 9 επιμέρους έρευνες αναλύθηκαν στοιχεία από 430.000 συμμετέχοντες. Σε οκτώ από τις εννέα μελέτες που εξετάστηκαν, οι ερευνητές διαπίστωσαν ότι η αύξηση της κατανάλωσης του καφέ σε επίπεδο δύο φλιτζανιών την ημέρα “συνδέεται με μια στατιστικά σημαντική μείωση του κινδύνου για κίρρωση του ήπατος”.

Ωστόσο, ο δρ Hillel Tobias, ειδικός σε ασθένειες του ήπατος και πρόεδρος της Εθνικής Συμβουλευτικής Επιτροπής Ιατρικής του αμερικανικού Ιδρύματος Ήπατος, υποστηρίζει ότι οι πιθανές προληπτικές επιδράσεις του καφέ δεν είναι κάτι καινούργιο.

Μια έρευνα του 2015 ανέδειξε επίσης μια πιθανή σχέση μεταξύ των οφελών του καφέ για την υγεία και της πρόληψης της κίρρωσης.

“Η φυσιολογική και βιοχημική βάση (σ.σ. για αυτό το φαινόμενο) δεν έχει τεκμηριωθεί και χρειάζεται κάποιες πειραματικές αποδείξεις. Αυτήν τη στιγμή, πολλές από αυτές τις μελέτες βασίζονται σε ιστορικές πληροφορίες που παρέχονται από τους ασθενείς”, υποστηρίζει ο δρ Kennedy και πρόσθεσε ότι χρειάζεται περισσότερη έρευνα σε αυτόν τον τομέα.

Από Μιχάλης Θερμόπουλος

Πηγές: iatropedia.gr- universityherald.com