

Τα μεγάλα οφέλη του λυκίσκου για την υγεία μας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Image not found or type unknown



Τα

πιθανά οφέλη του φυτού λυκίσκου (*Humulus lupulus*), για την υγεία μας εξετάζει ένα άρθρο που δημοσιεύθηκε στις “Περιεκτικές Κριτικές της Επιστήμης και Ασφάλειας Τροφίμων”.

Αν και οι θηλυκοί σπόροι του φυτού λυκίσκου είναι γνωστοί κυρίως ως η πρώτη ύλη που προσδίδει τη χαρακτηριστική πικράδα και το άρωμα στην μπίρα, είναι εξίσου γνωστές, οι σημαντικές επιδράσεις τους, για αρκετές χιλιάδες χρόνια.

Οι ερευνητές παρέχουν μια περίληψη της επιστημονικής γνώσης σχετικά με τις επιπτώσεις των τριών μεγάλων ομάδων των δευτερογενών μεταβολιτών του λυκίσκου: πολυφαινόλες, αιθέρια έλαια και ρητίνες. Λόγω της χημικής πολυμορφίας τους, δεν είναι τυχαίο ότι οι ενώσεις αυτές εμφανίζουν ένα ευρύ φάσμα από φαρμακολογικά σημαντικές ιδιότητες. Εκτός από τις αντιοξειδωτικές, τις αντιφλεγμονώδεις και τις αντικαρκινικές ιδιότητες, οι ερευνητές δίνουν ιδιαίτερη προσοχή στα πρενυλοφλαβονοειδή, τα οποία βρίσκονται σχεδόν αποκλειστικά στον λυκίσκο, και θεωρούνται μια κατηγορία από τα πιο ενεργά

γνωστά φυτοοιστρογόνα.

Τα έλαια και οι ρητίνες του λυκίσκου είναι γνωστά για τις κατασταλτικές και άλλες νευροφαρμακολογικές ιδιότητες τους, αλλά επιπλέον, αυτές οι ενώσεις εμφανίζουν αντιβακτηριακή και αντιμυκητιακή δράση. Πρόσφατα, τα άλφα πικρά οξέα φάνηκε ότι αναστέλλουν την ανάπτυξη ενός αριθμού πολύπλοκων ασθενειών σχετικών με τον τρόπο ζωής, που είναι γνωστές συνολικά με το όνομα «μεταβολικό σύνδρομο».

Οι συγγραφείς τέλος κατέληξαν στο συμπέρασμα, ότι υπάρχουν σημαντικές προοπτικές για τη χρήση του λυκίσκου στη φαρμακοβιομηχανία.

Πηγές: Λόγω Διατροφής- onmed.gr