4 Ιανουαρίου 2016

Θαυματουργό το χαμομήλι κατά του κρυολογήματος

/ Γενικά Θέματα



Shutterstock

Οι επιστήμονες εξέτασαν τα ούρα των εθελοντών οι οποίοι κατανάλωναν ρόφημα χαμομήλι και βρήκαν σε αυτά την ουσία ιππουρικό οξύ που έχει αντιφλεγμονώδη δράση και μία ακόμα τη γλυκίνη που μειώνει τους μυϊκούς σπασμούς.

Μια πρόσφατη μελέτη που έγινε στη χώρα μας από το ινστιτούτο Prolepsis έδειξε ότι η κατανάλωση ροφήματος χαμομηλιού συνδέεται με χαμηλότερο κίνδυνο καρκίνου του θυρεοειδούς,

Τώρα μια ακόμα μελέτη που έγινε από τους επιστήμονες του Imperial College στο Λονδίνο, έδειξε ότι είναι θαυματουργό κατά του κρυολογήματος και των μυϊκών σπασμών που προκαλούν τους πόνους της περιόδου.

Οι επιστήμονες εξέτασαν τα ούρα των εθελοντών οι οποίοι κατανάλωναν ρόφημα χαμομήλι και βρήκαν σε αυτά την ουσία ιππουρικό οξύ που έχει αντιφλεγμονώδη δράση και μία ακόμα τη γλυκίνη που μειώνει τους μυϊκούς σπασμούς.

Το σημαντικό μάλιστα είναι ότι οι δύο ωφέλιμες ενεργές ουσίες παρέμειναν ψηλές στο αίμα ακόμη και δύο εβδομάδες μετά που σταμάτησαν να πίνουν το ρόφημα χαμομήλι οι εθελοντές. Αυτό, όπως επεσήμαναν οι επιστήμονες, δείχνει ότι το

χαμομήλι μπορεί να έχει παρατεταμένη μακροχρόνια χρήσιμη δράση.

Επίσης, το χαμομήλι μπορεί να επηρεάσει την απορρόφηση σιδήρου από το έντερο. Έτσι, σύμφωνα με τους αναλυτές, ασθενείς που πάσχουν από έλλειψη σιδήρου ή που παίρνουν σίδηρο πρέπει να πίνουν χαμομήλι γιατί τους βοηθά στην απορρόφηση σιδήρου.

Ωστόσο, όπως επεσήμαναν, πρέπει ακόμα να διαλευκάνουν κι άλλα σκοτεινά σημεία ώστε να είναι σε θέση να εκφέρουν τελική άποψη για τις κλινικές θεραπευτικές ιδιότητες του χαμομηλιού.

Πηγή: naftemporiki.gr