

Чем чеснок полезен для сердца?

Исследователи обнаружили положительное воздействие чеснока на работу сердца.

Все дело в веществе аллицин, содержащемся в чесноке и являющемся причиной характерного резкого запаха.

Частицы аллицина вступают в реакцию с красными кровяными клетками (эритроцитами).

В результате реакции образуется сероводород, который, как выяснили ученые, уменьшает напряжение стенок кровеносных сосудов.

Результаты исследования, проведенного университетом штата Алабама, были опубликованы в вестнике Национальной академии наук США.

Тем не менее, английские эксперты предупреждают, что прием пищевых добавок, сделанных на основе экстракта чеснока, может привести к побочным эффектам.

Сероводород обладает крайне неприятным запахом и используется при изготовлении "бомбы-вонючки".

В небольших количествах сероводород играет важнейшую роль в процессе взаимодействия клеток. Внутри кровеносных сосудов вещество способствует более активному кровотоку.

Это, в свою очередь, ведет к снижению кровяного давления, позволяет дать больше кислорода жизненно важным органам и снизить нагрузку на сердце.

Поразительные результаты

В рамках эксперимента исследователи поместили кровеносный сосуд крысы в емкость с чесночным соком.

В результате, как оказалось, напряжение стенок сосуда уменьшилось на 72%.

Исследователи также обнаружили, что эритроциты, подвергнутые минутному воздействию сока чеснока из обычного супермаркета, немедленно начинают вырабатывать сероводород.

Дальнейшие эксперименты показали, что химическая реакция происходит в основном на поверхности кровяных клеток.

Исследователи предлагают использовать уровень выделения сероводорода эритроцитами для стандартизации пищевых добавок на основе чеснока.

Руководитель исследовательской группы доктор Дэвид Краус говорит: "Результаты нашего исследования показывают, что крайне полезно включить чеснок в свой рацион. В странах с высоким потреблением чеснока, в Средиземноморье и на Ближнем Востоке, отмечается низкий уровень сердечно-сосудистых заболеваний".

Однако с Краусом согласны не все исследователи. Представитель Британского фонда сердечных заболеваний Джуди О`Саливан заявляет, что "доказательств того, что чеснок снижает риск развития сердечных заболеваний, недостаточно".

 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

newsbabr@gmail.com

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24_link_bot](#)

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24_link_bot](#)

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24_link_bot](#)

эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24_link_bot](#)

эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: [@tomsk24_link_bot](#)

эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: [@babrobot_bot](#)

эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)