

В чесноке лечит запах

Про то, что чеснок полезен для сердца и сосудов, мы знаем давно. Но вот последние данные: оказывается, он необходим лишь свежий - только что разрезанный или раздавленный.

Сто лет нам твердили, что главное в чесноке - аллицин, летучее соединение, которое образуется в момент разрезания зубчика чеснока и недолго сохраняется в его соке. Но вот доктор Дипак Дас из сердечно-сосудистого исследовательского центра Университета Коннектикута (США) подошел к делу скрупулезно. И выяснил: дело не в аллицине, а в одном из его компонентов. А именно в сероводороде - этот газ нам знаком по малоприятному запаху протухших яиц или гниющих бытовых отходов. Оказывается, это он расслабляет гладкие мышцы, которыми выстланы стенки кровеносных сосудов, снимая тем самым спазм и предотвращая возможные последствия в виде инфаркта или инсульта.

Попало, как всегда, крысам - одну их группу кормили свеженарезанным чесноком, вторую - сушеным. Затем жестокие экспериментаторы смоделировали у крысок сердечный приступ и хладнокровно смотрели, что получится. В группе "сыроедов" сердечная мышца восстанавливалась гораздо быстрее, чем у получавших "сухари".

И вот теперь непонятно, что делать многочисленным производителям всевозможных таблеток, капсул и порошков из сушеного чеснока, которые всегда рекламировали как средства "для защиты сердца". Выходит, никакие они не средства, а обман зрения. С другой стороны, и рад бы защитить сердце столь простым и доступным средством, как свежий чеснок, но за-апах! А от капсул и таблеток никакого запаха нет.

Остается только надеяться, что дотошные ученые придумают все же способ нейтрализовать неприятный запах после употребления чеснока и создадут для этого новые специальные пилюли или капсулы.

А для особо заботящихся о своем здоровье могу сообщить также, что разнообразные сульфиды (то есть соединения серы, как и сероводород) содержатся также во всем, что остро пахнет (например, почти все виды капусты), режет глаза (например, лук) и жжет язык (например, хрен). И все это, безусловно, тоже полезно для нашего сердца и сосудов. Что же касается протухших яиц, то на вопрос о том, полезен ли чистый сероводород, который из них выделяется, мне не смог ответить ни один из трех опрошенных врачей. Все трое кривились и советовали ни в коем случае подобные продукты не нюхать. Ретрограды, наверное.

Автор: Татьяна Батенёва © Известия.Ру ЗДОРОВЬЕ, МИР 👁 3346 06.08.2009, 10:05 📌 408

URL: <https://babr24.com/?ADE=79988> Bytes: 2336 / 2336 [Версия для печати](#) [Скачать PDF](#)

 [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](#)