

VITAMIN E GÂY NÊN HIỆN TƯỢNG GIẢM MẬT ĐỘ XƯƠNG?

Một nghiên cứu mới cho thấy vitamin E có thể kích thích các tế bào gây ra hiện tượng giảm mật độ xương, trái ngược với những gì mà người ta vẫn nghĩ.

>>> Vitamin E làm tăng nguy cơ đột quỵ?

Nhóm nghiên cứu do ông Shu Takeda tại Đại học Keio ở Tokyo đứng đầu nói rằng phát hiện của họ có thể tác động đến những người sử dụng các thực phẩm bổ sung vitamin E.

Các nhà nghiên cứu giải thích rằng việc duy trì một sự cân bằng giữa các tế bào tạo xương (osteoblast) và các tế bào hủy xương (osteoclast) giữ cho xương chắc khỏe.

Mặc dù các nghiên cứu trước cho rằng vitamin E có thể có lợi cho sức khỏe của xương, song nghiên cứu mới đăng ngày 4/3 trên tạp chí Nature Medicine của các nhà nghiên cứu Nhật Bản lại chứng minh điều ngược lại, vì dưỡng chất này dường như kích hoạt cơ chế sản sinh tế bào hủy xương.

Vitamin E

Nghiên cứu cho thấy những con chuột thiếu vitamin E trên thực tế có khối lượng xương cao hơn vì tỷ lệ suy giảm xương thấp hơn.

Trong khi đó, những con chuột khỏe mạnh được cho ăn một chế độ với hàm lượng vitamin E tương đương trong các thực phẩm chức năng thông thường dành cho người lại bị giảm khối lượng xương.

Tiến sĩ Robert Graham, bác sĩ nội khoa tại bệnh viện Lenox Hill ở New York cũng đồng ý với giả thuyết trên. Ông khẳng định: "Sức khỏe của xương là một cuộc chiến liên tục giữa các tế bào tạo xương và các tế bào hủy xương".

Hiểu rõ được cuộc chiến tế bào này: "đóng vai trò quan trọng trong việc tìm hiểu cơ chế vitamin E có thể ảnh hưởng đến sức khỏe xương của chúng ta".

Nghiên cứu mới thu hút sự chú ý vì các nghiên cứu trước đó trong phòng thí nghiệm và trên chuột đã đưa lại những kết quả mâu thuẫn nhau.

Tuy nhiên, theo ông Graham, cần tiến hành thêm nhiều nghiên cứu nữa để hiểu rõ hơn về cơ chế vitamin E hoạt động trong xương của người vì những kết quả nói trên chỉ là thu được từ chuột.