

BỆNH NHÂN TIM MẠCH NÊN ĂN TỎI

Tác dụng của tỏi tới sức khoẻ con người hàng thế kỉ nay vẫn được đánh giá cao từ khả năng kháng khuẩn và chống nấm tới những hiệu quả đối với hệ tim mạch. Qua nghiên cứu, các nhà khoa học Mỹ nói rằng họ đã hiểu chính xác tại sao cái hăng của tỏi lại c&o

Tác dụng của tỏi tới sức khoẻ con người hàng thế kỉ nay vẫn được đánh giá cao từ khả năng kháng khuẩn và chống nấm tới những hiệu quả đối với hệ tim mạch. Qua nghiên cứu, các nhà khoa học Mỹ nói rằng họ đã hiểu chính xác tại sao cái hăng của tỏi lại có giá trị với sức khoẻ đến vậy. Bởi nó giúp cơ thể đẩy mạnh quá trình sản sinh ra một hợp chất làm thư giãn mạch máu, tăng cường tuần hoàn máu, ngăn ngừa đông máu và ôxy hoá.

David Kraus, một nhà sinh lý học chuyên ngành khoa học sức khoẻ môi trường của Đại học Alabama ở Birmingham phát biểu: "Tỏi cung cấp những chất giúp sản sinh và hoàn thiện hợp chất quan trọng". Phần lớn các nghiên cứu về tác dụng dược lý học của tỏi đều tập trung vào những polysulphide có rất nhiều trong những nhánh tỏi mà chất Allicin là một đại diện tiêu biểu.

Tuy nhiên, một nghiên cứu mới lại cho rằng Allicin và một số hợp chất sinh hoá tích cực tương tự chỉ là một phần nhỏ trong nhiều tác dụng của tỏi mà thôi và đó là một "sứ giả" hoá học được sinh ra khi những hợp chất kia được chuyển hoá mới là điều quan trọng.

(Ảnh: Garlicbreakthrough)

Trong các cuộc thí nghiệm tại phòng Lab, các nhà nghiên cứu tại trường Đại học Alabama nhận thấy sứ giả hoá học này là hydrogen sulphide (H₂S) - chất chủ yếu ở mức độ thấp đối với việc chuyển tín hiệu tế bào xuất hiện để làm thư giãn các mạch máu và tăng cường tuần hoàn máu.

Nhóm nghiên cứu cũng đã tiến hành một loạt các thí nghiệm, đầu tiên là lấy ra một chút nước tỏi ép rồi cho một lượng nhỏ vào các tế bào hồng cầu. Ngay lập tức, các tế bào bắt đầu sinh ra hydrogen sulphide.

Các thí nghiệm khác cũng cho thấy phản ứng then chốt đã xảy ra chủ yếu ở màng ngoài của tế bào hồng cầu cho dù một phần nhỏ H₂S cũng được sinh ra ở bên trong các tế bào ấy. Hơn nữa, khi nhóm nghiên cứu cho thêm một lượng nhỏ vào động mạch chủ của chuột có chứa các polysulphide hữu cơ, nó bắt đầu thư giãn, dễ chịu khi sản sinh H₂S.

Phát hiện trên có thể giải thích tại sao một vài nghiên cứu cho rằng hệ tim mạch chẳng có ích lợi nào từ những chất chứa trong tỏi trong khi nhiều nghiên cứu khác khẳng định các chất ấy có thể làm chậm tiến trình phát triển các bệnh tim mạch.

Các tác giả bổ sung, những kết quả cho rằng khả năng sản xuất H₂S có thể khẳng định thêm không cần loại bỏ tỏi ra khỏi chế độ ăn kiêng.

N.M

