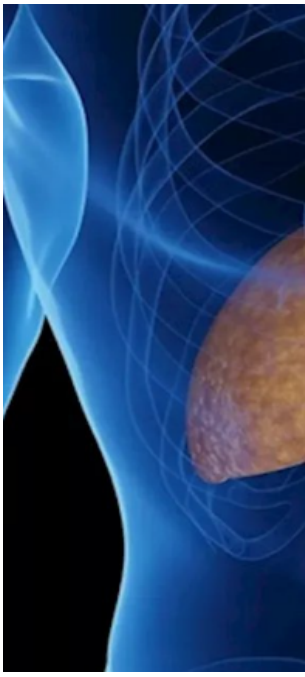
اكتشاف مكمل غذائي واعد يحسن صحة الكبد الدهني عبر تعزيز البكتيريا النافعة



اكتشف علماء من فنلندا أن مكملا غذائيا قائما على ألياف البريبايوتيك يحسّن صحة الكبد لدى مرضى الكبد الدهني.

شارك في الدراسة 42 شخصا يعانون من زيادة الوزن، وتناولوا يوميا على مدى أربعة أشهر 2.8 غرام من "زيلو-أوليغوساكاريدات (XOS) وهو نوع خاص من الألياف الغذائية التي لا تُهضم في الجسم، بل تغذي البكتيريا النافعة في الأمعاء، وقام الباحثون بتقييم نسبة الدهون في الكبد عبر التصوير بالرنين المغناطيسي قبل التجربة وبعدها.

وتبين أن المكمل قلل من مستويات المنتجات الأيضية الضارة التي تتشكل في الأمعاء وتسهم في تراكم الدهون الكبدية، ولوحظ التأثير الأكثر وضوحا لدى الأشخاص الذين يعانون من خلل في تركيبة الميكروبيوم المعوي، حيث تحسّن توازن البكتيريا لديهم، كما انخفض حجم الدهون الحشوية، وهي أخطر أنواع الدهون التي تحيط بالأعضاء الداخلية.

وأشار الباحثون إلى أن فعالية المكمل الغذائي تعتمد بشكل كبير على الحالة الأساسية للأمعاء وعلى حالة الكبد، إذ لم يُظهر المشاركون الذين يعانون من أعراض أكثر حدة لمرض الكبد الدهني المتقدم أي تأثير يذكر، ويعتقدون أن هذه البريبيوتيكات أو المكملات الغذائية قد تصبح جزءا من نهج علاجي مخصص

لمرض الكبد الدهني في المستقبل.

وبينت بعض الدراسات أن مرض الكبد الدهني لا يقتصر تأثيره على الكبد فقط، بل قد يرفع بشكل كبير خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، بما في ذلك النوبات القلبية والسكتات الدماغية.