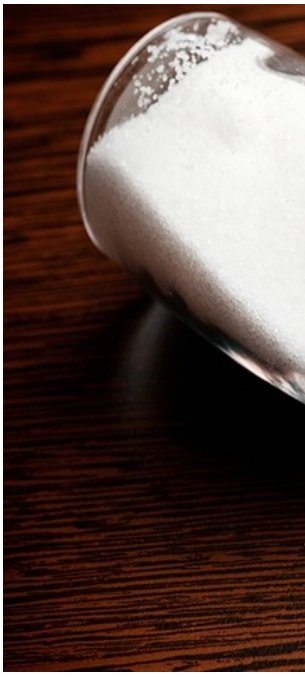
دراسة جديدة تحذر من الإفراط بتناول ملح الطعام



اكدت دراسة حديثة أن:"الإفراط في استخدام ملح الطعام في الوجبات يزيد من خطورة الإصابة بسرطان المعدة؛ فالملح الزائد قد يؤدي إلى تآكل الطبقة الواقية على المعدة، مما يتسبب في تلف الأنسجة، وبالتالي حدوث طفرات سرطانية".

وتوصل خبراء التغذية من مركز الصحة العامة في جامعة فيينا، إلى أن:"الأشخاص من بريطانيا الذين أضافوا المزيد من الملح إلى معظم وجباتهم الغذائية، كانوا أكثر عرضة للإصابة بسرطان المعدة بنسبة 41 % مقارنة بأولئك الذين استخدموا الملح بشكل معتدل أو قليل".

وللوصول إلى هذه الاستنتاجات، قام باحثو جامعة فيينا بفحص قاعدة بيانات ضمت "471144" شخصاً بالغاً في بريطانيا، على مدار 11 عاماً، وفقا لصحيفة "ديلي ميل" البريطانية.

وقالت الباحثة العاملة على الدراسة سلمى كرونشتاينر جيسيفيتش، اختصاصية تغذية في جامعة فيينا:"يظهر بحثنا العلاقة بين تكرار إضافة الملح وسرطان المعدة. دراستنا ستزيد الوعي بالآثار

السلبية للاستهلاك المرتفع للغاية للملح وتوفير أساس لتدابير الوقاية من سرطان المعدة".

وأخيراً كشفت دراسة طبية حديثة تأثير ملح الطعام الزائد في وجبات الطعام على صحة الكلى.

وقال الدكتور لو تشي من مركز أبحاث السمنة في جامعة تولين، في مدينة نيو أورليانز الأميركية، والذي قاد فريق الباحثين في الدراسة التي نشرت نتائجها في مجلة "غاما" الطبية، إن:"إضافة كميات كبيرة من الملح إلى الأطعمة يرتبط بزيادة خطر الإصابة بأمراض الكلى المزمنة".

وأشار الباحثون إلى أن:"هناك العديد من المشكلات الفسيولوجية التي تربط تناول كميات كبيرة من الملح وضعف وظائف الكلى، بما في ذلك التغيرات الهرمونية وزيادة الإجهاد التأكسدي".