

## Η κανέλα ασπίδα στις θρομβώσεις



Τα μοναδικά οργανοληπτικά

χαρακτηριστικά της κανέλας την έχουν τοποθετήσει στην κορυφή των προτιμήσεων πολλών ατόμων. Σήμερα, η κανέλα προστίθεται στον καφέ, στα ροφήματα, στα γλυκά και στα επιδόρπια με σκοπό να προσθέσει ξεχωριστό άρωμα και γεύση.

Πέρα από την ευρεία χρήση της στη μαγειρική και τη ζαχαροπλαστική, η κανέλα ήδη από πολύ παλιά χρησιμοποιούταν και ως ένα κλασσικό γιατροσόφι.

Οι πρώτες μελέτες που διεξήχθησαν με σκοπό να εξετάσουν τις επιδράσεις της κανέλας στην υγεία επιβεβαίωσαν τις πεποιθήσεις των αρχαιότερων.

Μια από τις πιο ενδιαφέρουσες ιδιότητες που της αποδίδει η σύγχρονη έρευνα είναι η αντιπηκτική δράση της, προστατεύοντας από πιθανό σχηματισμό θρόμβων και καρδιαγγειακών επιπλοκών. Συγκεκριμένα, η κινναμαλδεΐδη της κανέλας μπορεί να επιδρά στη συσσώρευση των αιμοπεταλίων.

Τα αιμοπετάλια είναι εκείνα τα συστατικά του αίματος τα οποία συσσωρεύονται κάτω από συνθήκες έκτακτης ανάγκης για να σταματήσουν την αιμορραγία.

Κάτω από φυσιολογικές συνθήκες, η υπέρμετρη συσσώρευσή τους μπορεί να μειώσει τη ροή αίματος, οδηγώντας στη δημιουργία θρόμβων και σε αύξηση του κινδύνου για καρδιακή ή εγκεφαλική προσβολή.

Η κινναμαλεύδη φαίνεται να προλαμβάνει την υπέρμετρη συσσώρευση των αιμοπεταλίων αναστέλλοντας μονοπάτια σηματοδότησης και φλεγμονής που παίζουν καθοριστικό ρόλο στην πήξη του αίματος.

**Πηγή:** [ikypros.com](http://ikypros.com)