

21 Νοεμβρίου 2016

Απώλεια μνήμης: Η ουσία που την καταπολεμά & πού θα τη βρείτε

/ [Επιστήμες](#), [Τέχνες](#) & [Πολιτισμός](#)



Μια

ουσία που περιέχεται σε υψηλές ποσότητες σε κάποια λαχανικά μπορεί να καταπολεμήσει την απώλεια της μνήμης που παρατηρείται με την πάροδο της ηλικίας.

Αμερικανική μελέτη του Πανεπιστημίου του Ιλινόις, διαπίστωσε ότι η λουτεολίνη (ωχρολίνη), μειώνει τις φλεγμονές στον εγκέφαλο που σχετίζονται με την προχωρημένη ηλικία και οδηγούν σε προβλήματα μνήμης.

Η λουτεολίνη, είναι ένα φυσικό φλαβονοειδές που αναστέλλει αυτές τις διεργασίες και έχει ευεργετικές επιδράσεις στους ασθενείς λόγω της αντιφλεγμονώδους και νευροπροστατευτικής δράσης της.

Τα εργαστηριακά πειράματα σε ποντίκια έδειξαν ότι η ουσία «φρενάρει» την απελευθέρωση εκείνων των μορίων που προκαλούν τη φλεγμονή.

Τα πειραματόζωα σιτίστηκαν με τροφές που περιείχαν λουτεολίνη επί τέσσερις εβδομάδες και στη συνέχεια αποδείχτηκε ότι τα γηραιότερα ποντίκια, που είχαν καταναλώσει τη συγκεκριμένη φυτική ουσία, τα κατάφεραν καλύτερα σε διάφορα τεστ μάθησης και μνήμης ακόμα και σε σχέση με νεαρά ποντίκια που δεν είχαν φάει λουτεολίνη.

Το επίπεδο της φλεγμονής στον εγκέφαλο των ηλικιωμένων ποντικιών που είχαν τραφεί με λουτεολίνη, ήταν παρόμοιο με αυτό των πολύ νεαρότερων πειραματόζωων.

Η ουσία περιέχεται κυρίως στο σέλινο, αλλά και στην πιπεριά.

Πηγή: [.onmed.gr](http://onmed.gr)