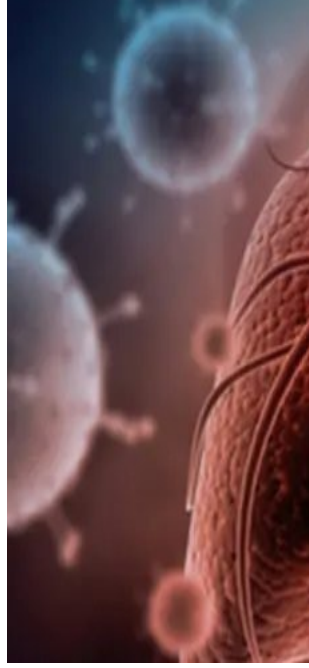


الكبد في خطر... مٌحلي شائع قد يرفع الدهون ويضر صحتك



حذرت دراسة حديثة من أن مادة "السوربيتول"، الشائعة في المنتجات منخفضة السعرات مثل العلكة والحلويات والمخبوزات الصحية، قد ترتبط بزيادة خطر الإصابة بمرض الكبد الدهني المرتبط بخلل التمثيل الغذائي.

وأجرى فريق بحثي من جامعة واشنطن في سانت لويس تجارب على نماذج من سمك الزرد لدراسة تأثير السوربيتول عند انخفاض مستويات البكتيريا المفيدة في الأمعاء.

ووجد الباحثون أن: "تراكم المادة قد ينتقل إلى الكبد ويتحول إلى فركتوز، مما يؤدي إلى تراكم الدهون وحدوث التهاب كبدي محتمل".

ويعرف الفركتوز بقدرته على زيادة خطر الكبد الدهني، حيث يحوله الكبد بكميات كبيرة إلى دهون تتراكم داخل الخلايا مسببة الالتهاب والتندب وربما تلفًا طويل الأمد.

ورغم اعتراض بعض خبراء الصناعة الغذائية على تعميم نتائج الدراسة على البشر، دعا الباحثون إلى تجنب الإفراط في تناول السوربيتول، خصوصاً مع ارتفاع معدلات الإصابة بالكبد الدهني، الذي غالباً ما يُكتشف بالصدفة عبر فحوصات الدم أو التصوير.

وأكد المختصون أن: "تحسين الحالة ممكن عند التشخيص المبكر، من خلال تعديل نمط الحياة، بما في ذلك فقدان الوزن، وزيادة النشاط البدني، وإدارة الأمراض المصاحبة، إضافة إلى توافر أدوية خاصة للحالات المتقدمة".