

DODACI PREHRANI

nova istraživanja



Masne kiseline ulja noćurka blokiraju gen koji izaziva rak

Gama-linolenska kiselina (GLA), jedna od kiselina ulja noćurka inhibira djelovanje gena koji je odgovoran za gotovo 30 posto svih slučajeva raka dojke, izvjestili su američki znanstvenici. Tim istraživača sa sveučilišta Northwestern također je otkrio da kada stanice raka dojke tretiraju gama-linolenskom kiselinom, postižu 30 do 40 puta bolji odgovor stanica na lijekove koji se obično koriste za liječenje ove vrste raka.

"U našim testovima, liječenje raka stanične linije s gama-linolenskom kiselinom i odgovarajućim lijekovima dovodi do povećanja sinergijske apoptoze (smrt stanica) i smanjenja rasta stanica raka", rekla je glavna autorica studije Ruth Lupu, direktorka Evanston Northwestern Healthcare Translational Research programa liječenja raka dojke.

"Dok lijekovi pokušavaju neutralizirati tisuće molekula koje se nalaze u površini stanica raka, gama-linolenska kiselina učinkovito smanjuje razinu stanica sprječavanjem transkripcije gena", dodaje se.

Izvor: Northwestern University

Artičoka protiv karcinoma

Humane stanične linije karcinoma dojke korištene su za procjenu antitumorskog djelovanja polifenolnih ekstrakata iz jestivog dijela artičoke. Tretiranje stanica raka smanjuje staničnu vijabilnost i inhibira rast stanica. Dodavanje artičoke pokreće apoptozu preko mitochondrija. Rezultati pokazuju smanjenje održivosti stanica karcinoma, a pokazali su i svojstva inhibicije protiv invazivnog ponašanja stanica raka. Sve u svemu, ovi podaci ukazuju na potencijalno kemoprevencijsko djelovanje polifenolnih ekstrakata artičoke.

Izvor: US National Library of Medicine National Institutes of Health



Brusnica protiv bakterija

Znanstvenici su pronašli nove koristi brusnice u borbi protiv bakterijskih infekcija, uključujući prevenciju bakterijskih kolonija u mokraćnom kanalu.

Dvije studije objavljene u časopisu Canadian Journal of Microbiology and Colloids and Surface pokazuju da brusnica može spriječiti rast bakterije *Proteus mirabilis* kod komplikiranih infekcija mokraćnog sustava.

Istraživanje Sveučilišta McGill u Montrealu, pokazuje da se povećanjem koncentracija brusnice smanjuje produkciju bakterijske ureaze, enzima koji pomaže širenju infekcije.

Prethodne studije iz istog McGill laboratorija utvrđile su da brusnica može ograničiti kretanje bakterija koje se nalaze u mokraćnom sustavu. U analizi *E. coli* pronađene u mjehuru, njihov rad pokazuje da je korištenje ekstrakta brusnice uzrokovalo smanjenje ekspresije gena koji kodira bakterijske flagelarne niti.

Znanstvenici kažu da njihov rad je značajan kao što je kretanje bakterija ključni mehanizam za širenje zaraze.

Izvor: Canadian Journal of Microbiology and Colloids and Surface

Cimet i mršavljenje

Znanstvenici predvođeni dr. Greenburgom sa sveučilišta Tufts zaključili su kako cimet ima učinak razrjeđivanja krvi čime povećava cirkulaciju. Povećan protok krvi u pravilu pojačava metabolizam i zbog toga može biti od pomoći u procesu mršavljenja. Navedeno razrjeđivanje krvi cimetom također pomaže protiv zgrušavanja što je osobito važno za osobe koji pate od srčanih bolesti. Glavni sastojak cimeta koji uzrokuje razrjeđivanje krvi je Coumarin.

U prilog mršavljenju s cimetom ide i činjenica kako je cimet prirodni digestiv, tj. pomaže probaviti hranu. To znači da će se iz obroka iskoristiti više hranjivih tvari za tijelo bez potrebe za pretjeranim količinama hrane. Osim toga, cimet djeluje i protiv bakterija u probavnom sustavu, a koje su često povezane s pretjeranom težinom.

Izvor: Tufts University