

لن تصدق-العصير-الطبيعي-قد-يسبب-هذا-المرض



في نتائج صادمة نتجت عن دراسة أجراها خبراء في جامعة هارفارد الأميركية، أفادت بأن العصائر الطبيعية والمشروبات الغازية الخالية من %السكر "دايت" قد تسبب الإصابة بالنوع الثاني من مرض السكري بنسبة 18

في التفاصيل، نشرت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية نتائج دراسة وصفتها بـ"الصادمة"، قالت فيها إن تناول 3 أكواب ونصف الكوب من عصير البرتقال في الأسبوع يمكن أن يزيد من احتمالية الإصابة بالسكري بنسبة 15%، وترتفع إلى 18% عند تناول المشروبات الغازية الخالية من السكر، %بينما يقلل تناول الشاي والقهوة من احتمالية الإصابة بالمرض نفسه بنسبة 10

يذكر أن الجسم يصاب بالنوع الثاني من داء السكري عندما يعجز عن التعامل مع السكر، ما يؤدي إلى ارتفاع نسبة الغلوكوز في الدم الذي يمكن أن يضر بالجسم لاحقاً.

وأوضحت الصحيفة البريطانية أن الدراسة خلصت لنتائجها بعد دراسة الحالات الصحية لـ200 ألف بالغ خلال 26 عاماً، ولفتت إلى أن بريطانيا تحوي 3.8 مليون مريض بالسكري، 90% منهم من النوع الثاني.

ليست الخيار الأفضل

بدوره، قال نائب رئيس قسم العناية بمرض السكري في بريطانيا: "هذا تذكير لنا بأن عصائر الفاكهة ليست دائماً الخيار الأفضل لتكون مشروبنا الصباحي".

في المقابل، قال المدير العام للجمعية البريطانية للمشروبات الغازية، جافين بارتينجتون، إن الدراسة لا تثبت وجود علاقة بين مرض السكري وتناول المشروبات الغازية، وأكد أن إبعاد الناس عن تناول جزء صغير من عصير الفاكهة يجعلهم يفقدون فوائد الفيتامينات الموجودة في الفاكهة.