يقيك من الخرف... دراسة حديثة تكشف فوائد مذهلة لزيت الزيتون

كشفت دراسة أجراها باحثون في كلية لويس كاتز للطب بجامعة تمبل الأمريكية أن إضافة "زيت الزيتون البكر" إلى النظام الغذائي اليومي تحمي من التدهور العقلي المرتبط "بالشيخوخة"، والذي يقود إلى نوع من الخرف يسمى "الخرف الجبهي الصدغي".

وأشارت النتائج إلى أن الذين تناولوا أكثر من نصف ملعقة طعام من زيت الزيتون يومياً كانوا أقل عرضة للوفاة بسبب الخرف بنسبة 28%".

وأوضح الدكتور براتيك، أن زيت الزيتون كان جزءًا من النظام الغذائي البشري لفترة طويلة جدًا وله العديد من الفوائد للصحة، لأسباب عديدة ومختلفة

وأضاف، أن:" زيت الزيتون البكر الممتاز، يمكن أن يحمي الدماغ من أشكال مختلفة من الخرف، ويعطينا فرصة لمعرفة المزيد عن الآليات التي تعمل من خلالها لدعم صحة الدماغ، كما يسلط الضوء على بعض الاتجاهات للأبحاث المستقبلية".

وأفاد بأنهم مهتمون بشكل خاص بمعرفة ما إذا كان قادر على عكس الضرر الذي تسببه التاو وفي نهاية المطاف علاج التوباو في الفئران الأكبر سنا.

بالإضافة أن زيت الزيتون غني بالبوليفينولى، وتعتبر هذه المركبات قوية مضادة للأكسدة، والتي قد تنعكس على التعلم أو الشيخوخة المرتبطة بالتعلم وضعف الذاكرة.