

Hợp chất Resveratrol trong rượu vang đỏ rất có lợi cho sức khỏe

Tác Giả: Saigon Echo số u t m
Thứ Tư:, 24 Tháng 6 Năm 2009 22:16

Lợi ích của rượu vang đỏ có lẽ đã được biết đến từ lâu rồi. Nhưng một nghiên cứu mới của phòng thí nghiệm – được biết là đến từ Viện Nghiên cứu Rượu vang đỏ - sẽ giúp giải thích lý do nguyên nhân gây ra vấn đề. Trong khi đó, rượu vang đỏ quá nhiều sẽ khiến bạn mất ngủ.

Một bài viết trên tạp chí phát hiện gần đây về chất polyphenol của rượu vang đỏ, được biết là chất resveratrol, sẽ được công bố trên số ra tháng 9 với tiêu đề Tác hại của rượu: Các nghiên cứu thực nghiệm và lâm sàng, bài báo cũng được đăng tải trên Early View.

Lindsay Brown – phó giáo sư tại Trường Khoa học Y sinh học thuộc Đại học Queensland đang thì là tác giả chính của nghiên cứu – cho biết: “Các bài viết về lợi ích của rượu vang đỏ đã có gần 2 thập kỷ nay. Nhưng nghiên cứu này chứng minh rằng chúng ta nên mất câu chuyện gần gũi hơn về nghiên cứu lý thuyết của Pháp vào đầu những năm 1990. Tuy nhiên các nghiên cứu về tác động của resveratrol – một trong những thành phần hoạt tính – được không được biết tới cho đến khi nghiên cứu tiến hành vào năm 1997 cho thấy nó có tác động phòng ngừa ung thư. Điều này đã làm nảy sinh mối quan tâm lớn đến việc hợp chất này”.

Rượu vang đỏ có chứa một hỗn hợp phức tạp các hợp chất hoạt tính sinh học, trong đó có flavonol, monomeric và polymeric flavan-3-ols, anthocyanins, axit phenolic và resveratrol. Brown cho biết một vài trong số các hợp chất kể trên, được biết là resveratrol, có lợi cho sức khỏe.

Bà Brown cho biết: “Lợi ích của nó rất đáng kể, giúp phòng ngừa ung thư, béo phì và tim mạch, giảm các bệnh liên quan đến tuổi tác ví dụ như cholesterol cao, tiểu đường, béo phì và nhiều bệnh khác. Tuy nhiên nghiên cứu của ta đã đưa ra câu hỏi là tại sao một hợp chất đơn giản như thế lại có những hiệu quả to lớn này? Nghiên cứu câu trả lời đang dần dần được khám phá về con đường mà hợp enzyme sirtuin áp dụng để điều chỉnh quá trình sản xuất các thành phần tế bào thông qua nhân. Có phải resveratrol là hợp chất duy nhất có mang những đặc điểm này? Dù sao thì cũng không hẳn thế. Các hợp chất khác trong rượu vang và các sản phẩm tự nhiên như curcumin cũng có tác động tương tự. Tuy nhiên chúng ta biết đến resveratrol nhiều hơn các hợp chất khác”.

Stephen Taylor – giáo sư khoa dược lý thuộc Đại học Queensland – đang tình nguyện resveratrol là “hợp chất của ngày”. Ông nói: “Tôi nghĩ rằng rượu vang đỏ vẫn mang tính thần bí vì nó là một loại rượu lịch sử phương Tây. Tuy nhiên một sự thú vị phải kể đến là việc uống rượu vang, tất cả đều mang lại lợi ích về tâm lý cho con người. Không nhiều người trong số chúng ta có thể

Hợp chất Resveratrol trong rượu vang đỏ rất có lợi cho sức khỏe

Tác Giả: Saigon Echo số 10
Thứ Tư: 24 Tháng 6 Năm 2009 22:16

học sinh ăn một vài chén việt quất mỗi ngày trong suốt năm, những người chúng ta thực hiện một nghiên cứu trong một thập kỷ thì thấy chúng có tác dụng ngăn ngừa.”

Các điểm chính trong bài tổng hợp bao gồm:

Resveratrol có tiềm năng làm giảm nguy cơ mắc bệnh tim mạch.

Brown nói: “Nghe có vẻ mâu thuẫn khi nói rằng một hợp chất cũng có thể bảo vệ tim bằng cách ngăn ngừa bệnh tiểu đường, nhưng lợi ích phòng ngừa bệnh tim mạch bằng cách khiên tế bào chết. Lợi ích thích phù hợp nhất cho nó vẫn đang được nghiên cứu nhưng mình tin rằng điều này quan trọng. Những điều này đã kích hoạt các cơ chế tự nhiên của tế bào trong khi đó những điều cao lợi bất tin hiện tại hỗ trợ cho những tế bào này.

Resveratrol hỗ trợ phòng ngừa các chứng rối loạn liên quan đến tuổi tác, ví dụ như các bệnh về trí nhớ, sưng viêm, tiểu đường và bệnh tim mạch.

Theo bà Brown, “Lợi ích thích đáng nhất là resveratrol bất tin hiện tại cho những người mắc bệnh tiểu đường, phòng ngừa bệnh tiểu đường. Các biện pháp mới sẽ hỗ trợ cho resveratrol, bao gồm việc loại bỏ chất ôxi hóa phản ứng trong cơ thể và tăng cường cung cấp máu cho tế bào”.

Liều resveratrol thấp có thể tăng khả năng sống sót cho tế bào, đây là một cách để bảo vệ thận cũng như tim mạch; trong khi đó liều cao lợi ích khiên tế bào tự vong.

“Sự khác biệt giữa chúng là một chất có lợi là một chất kích hoạt enzyme sirtuin trong nhân. Kích hoạt một chất thấp sẽ dẫn đến những liên quan đến tuổi tác, trong khi đó kích hoạt một chất cao lợi ích duy trì quá trình tế bào tự hủy theo chu kỳ. Những biện pháp điều trị cũng quan sát thấy về việc sử dụng resveratrol liều thấp và liều cao: liều thấp giúp bảo vệ tế bào, giảm bệnh tiểu đường; còn liều cao ngăn ngừa bệnh tim mạch”.

Các nghiên cứu khoa học hiện tại cũng đang bắt đầu nghiên cứu thích ứng báo cáo trong vòng 200

Hợp chất Resveratrol trong rượu vang đỏ rất có lợi cho sức khỏe

Tác Giả: Saigon Echo số u t m
Thứ Tư, 24 Tháng 6 Năm 2009 22:16

năm qua rượu vang đỏ u vang c i thi n s c kh e. “Có câu nói r ng: t nhiên là kho tàng h p ch t, nh ng nghiên c u v i resveratrol đã ch ng minh r ng nó đúng. Chúng ta c n ph i hi u sâu h n v các lo i h p ch t t n t i trong t nhiên cũng nh ph i xác đ nh ti m năng c a chúng đ i v i s c kh e”.

Taylor thêm r ng: “Có m t đ i m đ c bi t c n ph i b sung. Resveratrol b kh ph n l n ho t tính b i ru t ho c gan tr c khi nó đ n đ c m ch máu, t i đó nó m i phát huy công đ ng. Do v y, ph n l n resveratrol có trong r u vang u ng không đ n đ c v i h tu n hoàn. Thú v là s h p th qua màng nh y trong mi ng có th m nh h n t i g n 100 l n so v i m c đ c a máu n u chúng ta nh m nhi t t ch không u ng ng c. T t nhiên là chúng ta ch a ch c ch n cách u ng có quan tr ng hay không nh ng nh ng v n đ nh th này hoàn toàn là có th t trong khi ph n l n chúng ta l i th ”.