

بسیج همگانی " کاهش مصرف نمک"

با شعار نمک را از سفره های خود حذف کنیم.

چرا غذای شور باعث زخم معده می شود؟

رژیم غذایی پُر نمک ممکن است خطر ابتلا به زخم های معده و اثنی عشر را بیفزاید.



به گزارش هلتدی نیوز (Health Day News) پژوهشگران کشف کرده اند که غلظت های بالای نمک در معده، فعالیت یک ژن را در باکتری مولد زخم گوارشی-هلیکوباکتر پیلوری- القا می کند که باعث آسیب رساندن آن می شود.

به گفته این پژوهشگران ظاهر باکتری هلیکوباکتر پیلوری رژیم غذایی انسان میزبان خود را تحت نظر دارد. یافته های همه گیرشناسی مدت ها است نشان داده اند که بین هلیکوباکتری پیلوری و ترکیب رژیم غذایی انسان ارتباط وجود دارد.

این امر به خصوص در مورد رژیم های غذایی مملو از نمک مصداق دارد.

این پژوهشگران همچنین دریافتند که غلظت زیاد نمک، نسخه برداری از دو ژن را که در آسیب رسانی باکتری هلیکوباکتر پیلوری نقش دارند، افزایش می دهد و شاید همین پدیده مسئول افزایش خطر زخم های گوارشی در افراد آلوده به این باکتری باشد که رژیم غذایی پر نمک مصرف می کنند.

فاطمه مماني کاشناس تغذيه

واحد بهبود تغذيه مرکز بهداشت میانه