دراسة تكشف عن فائدة رائعة للتوت البري بالنسبة للنساء

كشفت دراسة جديدة، أن استهلاك منتجات التوت البري يعد استراتيجية وقائية أسطورية للنساء اللواتي يصبن بعدوى في المسالك البولية.

وذكر موقع "medicalxpress" الطبي، أنه تم الترويج لعصير التوت البري ومكملات الرعاية الصحية التي تشمل الفاكهة عادةً، مثل الكبسولات والأقراص، كحل متاح بسهولة لدرء العدوى، لكن المراجعة الأخيرة في عام 2012، مع أدلة من "24" تجربة، لم تظهر أي فائدة من تلك المنتجات.

وبحسب الموقع، يهدف علماء الطب وراء هذه المراجعة المحدثة من جامعة "فليندرز" إلى تحديث هذه النتائج، كخطوة مهمة في تحديد فعالية منتجات التوت البري من خلال النظر في "50" تجربة حديثة شملت نحو 9000 مشارك.

قال المؤلف الرئيسي للدراسة، غابرييل ويليامز: "هذه النتيجة المذهلة لم تفاجئنا حقًا، حيث علمنا أنه عندما يكون هناك دليل أكثر وأفضل، فإن الحقيقة ستظهر في النهاية. عدوى المسالك البولية مروعة

وشائعة جدًا".

جاكلين ستيفنز، عالمة الأوبئة في جامعة "فليندرز"، وهي مؤلفة مشاركة في الدراسة: "إذا استمر التهاب المسالك البولية دون علاج، فإنه يمكن أن ينتقل إلى الكلى ويسبب الألم والمزيد من المضاعفات، بما في ذلك الإنتان في الحالات الشديدة للغاية، لذا فإن الوقاية هي الطريقة الأكثر فعالية لتقليل المخاطر".

قال جوناثان كريج، المؤلف الأول للدراسة في جامعة "فليندرز": "الفوائد الحقيقية لمنتجات التوت البري أصبحت واضحة عندما وسع الباحثون نطاق العمل الرئيسي ليشمل أحدث البيانات السريرية المتاحة".

وتابع كريج: "يُظهر الدليل الجديد اكتشافًا إيجابيًا للغاية بأن عصير التوت البري يمكن أن يمنع التهاب المسالك البولية لدى الأشخاص المعرضين للإصابة".

خلص مؤلفو الدراسة إلى أنه في حين أن منتجات التوت البري تساعد في منع التهابات المسالك البولية عند النساء، إلا أن هناك حاجة إلى مزيد من الدراسات لتوضيح أي فئة ممن يعانون من عدوى المسالك البولية ستستفيد أكثر من منتجات التوت البري، بحسب موقع "medicalxpress" الطبي.