دراسة: عشبة القمح قد تبطئ نمو السرطان بجسم الإنسان

افادت أبحاث حديثة بأن عشبة القمح يمكن أن تُساعد بشكل أساسي في إبطاء نُمو مرض السرطان في جسم الإنسان، رغم صعوبة علاج ذلك المرض الخطير أو الوقاية منه.

وتُعزى مجموعة كبيرة من الفوائد الصحية إلى عشبة القمح، أو المعروفة بـ"Wheatgrass"، وهو اسم العشب الصغير لنبات القمح الشائع "aestivum Triticum"، بحسب ما ذكره الموقع الإلكتروني الرسمي لـ"مكتبة الطب الوطنية" في أمريكا.

الكلوروفي

يلعب الكلوروفيل دوراً حاسماً في عملية التمثيل الضوئي، ويتواجد بكثرة في أنواع الفاكهة والخضار التي تُشكّل جزءاً لا يتجزأ من نظامنا الغذائي.

مركبات "الفلافونويد"

تتواجد بشكل طبيعي في العديد من الأغذية والمشروبات. وتُعدّ مفيدة جدًا للدماغ والقلب، بحسب ما ذكره الموقع الإلكتروني "Clinic Cleveland" في أمريكا.

فيتامين "سي"

يُساعد فيتامين "سي" على امتصاص الحديد من الطعام، وإنتاج الكولاجين، وتكوين وإصلاح خلايا الدم الحمراء، والعظام، والأنسجة الأخرى، وحماية القلب، ومنع التجاعيد، وحفظ النظر، وغيرها الكثير.

فيتامين "هـ"

ذكر الموقع الإلكتروني الرسمي لوزارة الصحة السعودية أن فيتامين "هـ" يساعد في الحفاظ على صحة الجلد والعين، خاصة أنه يعمل على زيادة معدل امتصاص فيتامين "أ" من الغذاء. ويُقوّي جهاز المناعة من خلال عمله كمُضّاد أكسدة.

وأوضح الموقع الإلكتروني "Clinic Cleveland" في أمريكا أن عشبة القمح، وهي تتوفر عادة على هيئة مسحوق بودرة أو عصير، تتمتع بخصائص صحيّة عديدة، من بينها:

خفض نسبة الكوليسترول

أظهرت الدراسات التي أُجريت على الحيوانات أن عشبة القمح قد تساعد في خفض نسبة الكوليسترول بالدم.

تقليل الالتهابات

قد تساعد الخصائص المُضادّة للالتهابات الموجودة في عشبة القمح بعلاج الالتهابات المزمنة.

تعزيز جهاز المناعة

بفضل المواد الكيميائية النباتية التي تحتوي عليها، قد تُساعد عشبة القمح في تعزيز الجهاز المناعي لجسم الإنسان.

استقرار عدد الكريات الحمراء

أظهرت الدراسات التي أُجريت على الأطفال والشباب أن جرعة يومية من عصير عشبة القمح قد تُساعد في استقرار كريات الدم الحمراء.

تحسين مستويات السكر بالدم

قد تُساعد عشبة القمح مرضى السكري من النوع الثاني.

منع السرطان

كشفت إحدى الدراسات أن عصير عشبة القمح يُساهم في إبطاء نمو الخلايا السرطانية، مثل خلايا سرطان الفم وخلايا سرطان القولون. كما أظهرت دراسة أخرى أن عشبة القمح يمكن أن تساعد في مكافحة سرطان الدم.

الحدّ من الآثار الجانبية للعلاج الكيميائي

أظهرت الأبحاث أن عشبة القمح قد تُقلّل من الآثار الجانبية للعلاج الكيميائي، وخاصة الشعور بالغثيان.

ورغم جميع هذه الخصائص الصحيّة، إلّا أنه لا تزال هناك حاجة لإجراء مزيد من الأبحاث حول دور عشبة القمح في تحسين الصحة العامة، بحسب ما ذكره الموقع الإلكتروني "Clinic Cleveland" في أمريكا.