دراسة عالمية حديثة تكشف قدرة الأدوية العشبية في إنقاص الوزن

وهذه أول مراجعة على مستوى العالم لتجارب الأدوية التكميلية لإنقاص الوزن منذ 16 عاما.

ووجد الباحثون بحسب ال "BBC" أن بعض المكملات الغذائية والعشبية قد تسفر عن خسارة طفيفة في الوزن مقارنة بالأدوية الوهمية (البلاسيبو)، لكن هذه المكملات مع ذلك لا تعود بفائدة على الصحة.

ودعا هؤلاء الباحثون إلى إجراء المزيد من الدراسات للوقوف على مدى أمان تلك المكملات وفعاليتها، لا سيما على المدى الطويل.

وتحظى الحبوب والمساحيق والسوائل المرتبطة بالأنظمة الغذائية، والمستخلصة من مواد حيوانية أو نباتية، برواج في أسواق الأدوية.

وفي العام الماضي، قُدّر حجم هذه الصناعة على مستوى العالم بنحو 41 مليار دولار.

وتخضع نسبة 20 في المئة فقط من المنتجات الجديدة للتدقيق سنويا للتأكد من تحقيقها المفعول المعلن عنه.

وبخلاف العقاقير الدوائية، لا يشترط الحصول على شهادة طبية تؤكد أمان هذه المكملات وفاعليتها حتى تطرح في الأسواق، بحسب إريكا باسل الباحثة بجامعة سيدني.

وتقول إريكا: "لا يوجد دليل كافٍ حتى ننصح باستخدام هذه المكملات من أجل خسارة الوزن.. ورغم أنها تبدو آمنة على المدى القصير، لكنها لا تبرهن على قدرة ملموسة على إنقاص الوزن".

وتضمنت قائمة المكملات العشبية في الدراسة الشاي الأخضر، والغارسينيا الصمغية، والمانغوستين، والفاصوليا البيضاء، والإيفيدرا، والمانجو البري، والبهشية البراغوانية، والعنب المملح، والعرقسوس، والقرقفان.