صحيفة بريطانية: سبب غريب لن تصدقه وراء حبك للأجبان

قليلون من لا يحبون الأجبان بأنواعها المختلفة التي لا تعد ولا تحصى. لكن هل تعلم عزيزي القارئ أن حبك للأجبان ربما يكون سببه الإدمان؟

فعلى ذمة صحيفة "ديلي ميل" Daily Mail البريطانية، فقد تمكن العلماء من التعرف على الأساس البيولوجي للإدمان على الأجبان.

وتوصل العلماء إلى أن "المنتجات الناجمة عن هضم الأجبان في الجسم، والتي تسمى الـ"كازمورفين" casemorphins تشبه المواد الأفيونية وترتبط بمستقبلات المواد الأفيونية في الدماغ، ويؤدي تناولها بالتالي إلى إطلاق هرمون الـ"إندورفين" endorphins وخلق الشعور بالسعادة".

وترتبط الـ"كازمورفين" بنفس المستقبلات التي ترتبط بها المخدرات في الدماغ مثل الهيروين، مما يؤدي إلى فيضان من الـ"دوبامين" dopamine، وهو الناقل العصبي الرئيسي في الدماغ الذي ينشط عندما يشعر الناس بالسعادة والمتعة.

وارتباط الـ"كازمورفين" بمستقبلات المواد الأفيونية في الدماغ، ينتج الـ"إندورفين" endorphins، الذي يعمل كمسكن طبيعي للألم في الجسم، وهذا بدوره يؤدي إلى إطلاق مادة الـ"دوبامين" التي تمنحك مشاعر المتعة والرضا.

فتناول الطعام الجيد هو وسيلة مؤكدة لزيادة الـ"دوبامين" في الدماغ، حيث إن مستوى المادة الكيميائية التي يتم إطلاقها عند الانغماس في شريحة إضافية من البيتزا الغنية بالجبن كاف لإكسابك حالة من السعادة.

يُشتق الـ"كازومورفين" من بروتين موجود في الجبن يُسمى الـ"كازين" casein. عندما يتم هضم الكازين، يتم تقسيمه إلى بروتينات الـ"كازومورفين" الأصغر.

ويشير الباحثون الذين يدرسون الخصائص الإدمانية للجبن أيضا إلى محتواه العالي من الدهون.

ومن الطبيعي أن يشتهي جسم الإنسان الأطعمة الدهنية، وهي وظيفة التطور التي ساعدت البشر الأوائل على البحث عن الأطعمة ذات السعرات الحرارية العالية من أجل البقاء على قيد الحياة.

وذكر الدكتور نيل بارنارد، الطبيب في كلية الطب والعلوم الصحية بـ"جامعة جورج واشنطن"، والذي كتب كتابا كاملا عن إدمان الجبن بعنوان "مصيدة الجبن"، إن الـ"كازومورفينات" ترتبط بمستقبلات المواد الأفيونية بطريقة مماثلة للمورفين.

وأضاف: "أقوى الكازومورفينات يسمى المورفيسبتين، ولديه حوالي عُشر قوة تفاعل مستقبلات الدماغ مقارنة بالمورفين النقي، بنسبة 10% فقط، لذلك لا يكفي أن يتم تصنيفها على أنها مسبب للإدمان، ولكنها تكفي كي يحب الشخص الجبن حقا".