

بسمه تعالی

عنوان : نکاتی در مورد سلامت بخش بودن
ماست

تهیه کننده : واحد تحقیق و توسعه شرکت لبنیات پاک

ماست ضمن داشتن ارزش تغذیه‌ای بالا ثابت شده است که مصرف *Lactobucillus* در درمان اسهال عفونی حاد کودکان که در اثر روتا ویروس‌ها به وجود می‌آید مؤثر می‌باشد. ثابت شده است که مصرف ماست در درمان سرطان کولون مؤثر می‌باشد.

و هم چنین مصرف باکتریهای ماست باعث کم کردن زمان عبور از کولون و در نتیجه اثر مثبت در درمان یبوست دارند. باکتریهای ماست از جمله لاکتو با سیلوسها باعث تحریک سیستم ایمنی بدن شده و احتمال بروز سرطان را کاهش می‌دهند. این عمل به طریق زیر انجام می‌شود:

- ۱- ممانعت از تکثیر سلولهای سرطانی
- ۲- تغییر سلولهای سرطانی به سلولهای طبیعی
- ۳- فعال سازی سلولهای لنفوسیت در جهت از بین بردن سلولهای سرطانی

۴- از بین بردن ویروسهای مثل هیپاتیت B و C ماست همچنین از ابتلا به بیماریهای عفونی جلوگیری می‌نماید. ماست از تبدیل ترکیبات شیمیایی بی‌ضرر به عوامل سرطانزا جلوگیری می‌نماید. ثابت شده است مصرف ماست باعث کاهش مشخص سرطان کولون می‌گردد. همچنین در زنان باعث کاهش خطر ابتلا به سرطان سینه می‌شود. اسید لاکتیک ماست باعث توقف فعالیت باکتریهای مضر روده‌ای شده و سبب می‌شود که شخص زندگی طولانی‌تر و سالم‌تری داشته باشد. لاکتوباسیلوس بو لگاریکوس قدرت حیاتی مصرف کننده را حفظ می‌کند.

باکتری‌های ماست می‌توانند از صدمات ژنتیکی در داخل سلولهای بافت جلوگیری نمایند.

رضا روحانی