

عنوان مقاله:

خواص کوآنزیم Q10 در غذاهای عملگر، نوشیدنی ها و مکمل های جیره ای

محل انتشار:

دومین کنفرانس ملی غذای فراسودمند (عملگر) (سال: 1387)

تعداد صفحات اصل مقاله: 4

نویسندگان:

روح اله ابراهیمی - دانش آموختگان کارشناسی ارشد تغذیه دام، دانشگاه کشاورزی و منابع طبیعی

علی نرگس خانی - دانش آموختگان کارشناسی ارشد تغذیه دام، دانشگاه کشاورزی و منابع طبیعی

محمود ابراهیمی خلیلی - کارشناس ارشد بیوتکنولوژی، مدیریت جهاد کشاورزی سپیدان

خلاصه مقاله:

در دهه های اخیر محققان دریافته اند که سلامت بدنی و روحی انسان ها ارتباط مستقیم و نزدیکی با نوع و کیفیت تغذیه دارد. نتایج پژوهش های اخیر نشان داده اند که کوآنزیم Q10 در تامین انرژی بدن نقش حیاتی دارد؛ بگونه ای که مشخص شده این کوآنزیم بر فعالیت های قلب، کبد، تولید اسپرم، فعالیت ماهیچه ها، بهبود سیستم ایمنی بدن، درمان بیماری های دهان و لثه، کاهش فشار خون، درمان سرطانی ها و کاهش تومورهای بدخیم تاثیر می گذارد. پزشکان و پژوهشگران سراسر دنیا به این حقیقت دست یافت هاند که کوآنزیم Q10 برای درمان بسیاری از بیماری ها و همچنین پیشگیری از عوامل ایجاد آنها بسیار موثر م یباشد. این شبه ویتامین در همه ی سلول های بدن یافت شده و نقشی بسیار مهم و حیاتی را در این سلو لها ایفا می کند. کوآنزیم Q10 دارای خاصیت استثنایی آنتی اکسیدانی می باشد. در مطالعات اخیر مشخص شده که نور خورشید، متابولیسم روزانه بدن و سلول ها، اثرات محیطی، سموم و سیگار عوامل اصلی تشکیل رادیکال های آزاد می باشند. این ات مها و مولکول های بسیار فعال، نقشی منفی در فعالیت های الکترون های مزاحم داشته و تلاش م یکنند تا برای ایجاد تعادل این الکترو نهایی مزاحم را از گردش اربیتال خود خارج نمایند. چنین روندی موجب می شود تا مولکول بعدی ناپایدار شده و تولید رادیکال های آزاد بعدی نیز سرعت گیرد. هنگامی که چنین فرآیند اجتناب ناپذیری جزئی از متابولیسم سلول گردد، زنجیره های خطرناکی تشکیل م یگردند که منجر به آسیب بافت سلول های مرکب و تخریب DNA و پروتئین ها و چربی های بافتی می گردند؛ که مجموعه این شرایط تحت فعالیت آنتی اکسیدانی 10Q خنثی می گردند.

کلمات کلیدی:

کوآنزیم Q10 غذاهای عملگر، وظایف زیستی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/161384>

