জাপানিজ ডায়েট ক্যানসার কোষের বৃদ্ধি রোধে সহায়ক

written by Chandradip News24 | November 6, 2024

চন্দ্রদ্বীপ ডেস্ক:: জাপানিদের দীর্ঘ আয়ু ও স্বাস্থ্যকর জীবনযাপন সম্পর্কে অনেকেরই ধারণা রয়েছে। সম্প্রতি, ওসাকা মেট্রোপলিটন ইউনিভার্সিটির গবেষকরা জানিয়েছেন, জাপানের ঐতিহ্যবাহী খাদ্যাভ্যাস ক্যানসার কোষের বৃদ্ধি বন্ধ করতে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখতে পারে। গবেষণা অনুযায়ী, এই খাদ্যাভ্যাসে প্রচুর পরিমাণে নিউক্লিক অ্যাসিড থাকে, যা ক্যানসারের বিরুদ্ধে প্রতিরক্ষামূলক ব্যবস্থা গ্রহণে সাহায্য করে।

নিউক্লিক অ্যাসিড হলো প্রাকৃতিক একটি যৌগ, যা সব ধরনের জীবন্ত জীবনে উপস্থিত। যখন আমরা এই যৌগগুলো গ্রহণ করি, তখন তা শরীরের জন্য প্রয়োজনীয় নিউক্লিওটাইড এবং নিউক্লিওসাইডে ভেঙে যায়। অধ্যাপক কোজিমা-ইউয়াসার পরিচালিত গবেষণায় দেখা গেছে, নিউক্লিক অ্যাসিডের এই ভাঙন ক্যানসার কোষের বৃদ্ধির প্রক্রিয়া বন্ধ করতে সক্ষম। বিশেষ করে স্যামন এবং উদ্ভিজ্জ উৎসের মধ্যে এই নিউক্লিক অ্যাসিডের পরিমাণ বেশি।

গবেষণায় বিশেষভাবে দুটি উৎসের নিউক্লিক অ্যাসিড যৌগের গুরুত্ব

তুলে ধরা হয়েছে: সালমন মিল্ট এবং টরুলা ইস্ট। বিজ্ঞানীরা এই দুটি উৎসের আরএনএ ও ডিএনএ ক্যানসার কোষের সঙ্গে যুক্ত করে ল্যাব পরীক্ষায় প্রমাণ পেয়েছেন যে, এই যৌগগুলো ক্যানসার কোষের বৃদ্ধি বন্ধ করে দেয়। গুণগতভাবে এদের মধ্যে গুয়ানোসিন নামক যৌগের উপস্থিতি ক্যানসার কোষের প্রতিলিপি প্রক্রিয়াকে বাধা দেয়, ফলে কোষের বৃদ্ধি থমকে যায়।

গবেষণার ফলাফল প্রমাণ করেছে যে, গুয়ানোসিনের খাদ্য উৎস ও সম্পর্কিত রাসায়নিকগুলো ক্যানসার প্রতিরোধের একটি সম্ভাব্য উপায় হিসেবে কাজ করতে পারে। যদিও গবেষণা এখনও প্রাথমিক স্তরে রয়েছে, তবে এটি জাপানিজ ডায়েটের স্বাস্থ্য উপকারিতা সম্পর্কে নতুন একটি দৃষ্টিভঙ্গি প্রদান করেছে।