

## Paljastati rohelise tee saladus

teadus.err.ee

10.01.11

Toimetas Katrin Sak

Regulaarne rohelise tee joomine võib kaitsta aju Alzheimeri tõve ja ka teiste dementsuse vormide eest. Ajakirjas *Phytomedicine* avaldatud uuringus näidati, et sel traditsioonilisel Hiina arstimil on kaitsev roll ka vähi vastu.

Newcastle Ülikooli töörühma eesmärk oli uurida, kas rohelise tee kaitsvad omadused (mida on eelnevalt näidatud joogi seedimata, värskelt tõmmatalastud kujul) on aktiivsed ka siis, kui tee on juba seeditud. Seedimine on elutähtis protsess, mille käigus varustatakse organismi eluks vajalike toitainetega. Kuigi suhupistetav toit võib sisaldada tervisele kasulikke aineid, ei saa me sellest veel otseselt järeldada, et need ühendid keha poolt ka omastatakse.

Töö käigus leiti, et rohelise tee seedimisel soolestiku ensüümide poolt tekivad kemikaalid, mis on Alzheimeri tõve vastu tegelikult veelgi efektiivsemad kui seedimata kujul. Seedimise käigus tekkivatel ühenditel on vähivastased omadused, aeglustades oluliselt kasvujarakkude arengut.

Uuringu raames viidi läbi tekkivate produktide analüüs. Kaks ühendit (vesinikperoksiid ja beeta amüloid valk) mängivad olulist rolli Alzheimeri tõve arengus. Eelnevatest töödest teame, et nii mustas kui ka rohelises tees leiduvad polüfenoolid kaitsevad närvisüsteemi, seondues mürgiste ühenditega ja kaitstes nii ajurakke. Polüfenoolide allaneelamisel tekib organismis väga erinevate ühendite segu. Uurimisrühma juhi Dr. Ed Okello sõnul võime me küll otsida ja leida selliste kemikaalide rikkaid toite, kas need toidud aga meile ka kasulikud on, sõltub ikkagi sellest, mis juhtub nendega seedeprotsessis. Just sellel eesmärgil jätkati rohelise tee seedimisel tekkivate ühendite uurimist, kasutades kasvujate rakumudelit. Ilmnes, et organismis moodustuvad ained kaitsevad rakke, vältides toksiinide hävitavaid toimeid. Veel enam, sellised ühendid mõjutavad vähirakke, aeglustades oluliselt nende kasvu.

Rohelist teed on Hiina traditsioonilises meditsiinis kasutatud juba aastasadu, praegune töö lisab vaid teaduslikku tõendust, miks see toiduaine mõnede haiguste suhtes nii efektiivne on. On huvitav teada, kas tees sisalduvate polüfenoolide tarbimisel tekivad seedeprotsessis sarnased kasulikud ühendid nagu tee enda joomisel. On selge, et vähk ja dementsus on haigused, mille kulgu mõjutavad paljud tegurid üheskoos ning loomulikult on siin väga olulisel kohal ka tervislikud eluviisid.

**Vaata lisa:**

<http://www.sciencedaily.com/releases/2011/01/110105194844.htm>