

വന്ധ്യത കുറയ്ക്കുക

സമ്പാദകൻ: ജോയിക്കുട്ടി ഡിട്രോയിറ്റ്

വന്ധ്യത ഉണ്ടാകാനുള്ള സാധ്യത, തക്കാളി കഴിച്ചാൽ കുറയുമെന്ന് പഠനം പറയുന്നു. എല്ലാ ദിവസവും തക്കാളി കഴിച്ചാൽ പുരുഷ ബീജത്തിന്റെ അളവ് കൂടും.

തക്കാളിക്ക് ചുവപ്പു നിറം നൽകുന്ന ന്യൂട്രിൻ പുരുഷന്മാരിലെ വന്ധ്യതയുടെ സാധ്യത കുറയ്ക്കുമെന്ന് ബ്രിട്ടനിൽ നിന്നുള്ള പഠനം പറയുന്നു.

കൂടാതെ പുരുഷ ബീജത്തിന്റെ അളവ് എഴുപതു ശതമാനം വരെ വർദ്ധിക്കുകയും ചെയ്യും. കുട്ടികളില്ലാത്ത ദമ്പതികളിൽ നടത്തിയ പഠനത്തിലാണ് പുതിയ കണ്ടെത്തൽ.

ഓഹിയോയിലെ ക്ലൈവ്ലാൻഡ് ക്ലിനിക്കാണ് പഠന റിപ്പോർട്ട് പുറത്തു വിട്ടത്. ലോകത്തിന്റെ വിവിധ ഭാഗങ്ങളിലായി വ്യത്യസ്ത വിഭാഗത്തിൽ പെട്ട ദമ്പതികളിലായി പന്ത്രണ്ട് പഠനങ്ങളാണ് നടത്തിയത്.

തക്കാളി കഴിച്ചാൽ പുരുഷ ബീജത്തിന്റെ അളവ് വർദ്ധിക്കുകയും ബീജത്തിന്റെ ചലനശേഷി വർദ്ധിക്കുകയും ചെയ്യുമെന്നാണ് പഠന റിപ്പോർട്ട്. എന്നാൽ വിലക്ഷണമായ ബീജങ്ങളുടെ അളവ് കുറയ്ക്കുമെന്നും മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിച്ചു.

തക്കാളി ഭക്ഷണത്തിന്റെ ഭാഗമാക്കിയാൽ മുത്രാശയ സംബന്ധമായ രോഗങ്ങൾ ഇല്ലാതാകുമെന്നും പഠനം പറയുന്നു.

തക്കാളിയുടെ ശരിയായ ഗുണം കിട്ടണമെങ്കിൽ അത് യാതൊരു വിധത്തിലും പാചകം ചെയ്യാതെ കഴിക്കുകയാണ് ഉത്തമമെന്നത് നമ്മൾ മനസ്സിലാക്കേണ്ടതാണ്. തക്കാളിയുടെ പലവിധമായ ഗുണങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കി നമ്മൾ വേണ്ടവിധത്തിൽ അത് ഉപയോഗിക്കേണ്ടതാണ്.

