

دراسة: ألياف الفطر تحمي من الإنفلونزا

27 فبراير، 2025



أظهرت دراسة حديثة أجريت بجامعة "ماكجيل" الكندية، أن ألياف "بيتا-جلوكان" الموجودة في جميع أنواع الفطر يمكن أن تعمل كجدار حماية ضد الإصابة بالإنفلونزا والتهاب الرئة. تعيد برمجة الخلايا المناعية لمواجهة المرض

وأوضحت الدراسة المنشورة بمجلة "Nature Immunology" العلمية، أن ألياف بيتا-جلوكان موجودة في جدران خلايا جميع الفطريات، بما في ذلك بعض الفطريات التي تعيش داخل الجسم وعلى سطحها كجزء من الميكروبيوم البشري، فهي بمثابة حاجز ضد طبيعي ضد الأمراض التنفسية.

وأضافت أن ما يميز هذا النوع من الألياف عن غيره، كونه قادرًا على إعادة برمجة الخلايا المناعية لمواجهة الإنفلونزا بشكل أفضل، حيث يزيد عدد الخلايا المناعية المعروفة باسم العدلات (Neutrophils) التي تعمل بطريقة أكثر تحكمًا وانضباطًا من المعتاد.

ويُعدّ الفطر مصدرًا غنيًا بمضادات الأكسدة والألياف التي تعزز المناعة وتقلل الالتهابات، حيث يساهم تناوله في الوقاية من أمراض القلب وبعض أنواع السرطان، ودعم صحة الدماغ والأمعاء عبر تغذية البكتيريا النافعة.