



Összefoglalás

A C- vagy E-vitamin antioxidáns tulajdonságát többszörösen felülmúló szőlőmag és szőlőhéj kivonat szívbarát és rákellenes tulajdonságai miatt vált közismertté, de egyéb, sokféle jótékony hatása révén az egészség megőrzésében is szerepet játszik.

A szőlőmag-kivonat procianidol-oligomereket (PCO), vagy más néven proantocianidinokat, vagy ahogy korábban nevezték, piknogenolokat is tartalmaz, amelyek valószínűleg fontos szerepet játszanak a szívbetegség és a rák megelőzésében.

A szőlőmag egyaránt tartalmaz vízben és zsírban oldódó komponenseket-, a szőlőmag kivonata áthatol a sejthártyán, s így fejti ki antioxidáns hatását az egész szervezetben. Egyike azon anyagoknak, amelyek még a vér-agy gáton is képesek átjutni, így megvédik az agysejteket a szabad gyökök roncsoló hatásától.

A szőlőmag-kivonat csökkentheti a szívinfarktus és a szélütést veszélyét, erősíti a hajszálereket, fokozza a véráramlást, enyhítheti a cukorbetegség szövődményeként kialakult idegkárosodás tüneteit, a végtagokban érezhető zsibbadó, bizsergő érzést.

Több tanulmány szerint a szőlőmag-kivonatnak rákellenes hatása is van. Antioxidánsként a PCO-k védenek a sejtek genetikai anyagát érő hatások ellen, amelyek a rák kialakulásában szerepet játszhatnak.

Jelen vizsgálataink során bizonyítást nyert, hogy a Gere féle szőlőmag- és szőlőhéj őrlemény rendelkezik azokkal az antioxidáns vegyületekkel (quercetin, malvidin, rutin, rezveratrol), amelyek irodalmi adatok alapján a szőlő legjelentősebb antioxidánsai.

Az állatkísérletek egyértelműen alátámasztották a gyulladásozó folyamatok, így a daganatok kialakulásában betöltött gátló hatását és a szív oxigén hiányos károsodásának kivédésében betöltött jótékony hatását.

Mindezek alapján a kivonat az egészség megőrzésében és a betegségek megelőzésében javasolható rendszeres fogyasztásra. Jelenlegi szakirodalmi adatok alapján a szőlőmag őrlemény fogyasztása semmiféle mellékhatást nem okoz. Túladagolásakor sem lép fel mérgezési tünet.

Bár humán vizsgálatokat jelenleg nem végeztünk, az irodalmi adatok alapján a napi őrlemény bevitelét 300-500mg közötti mennyiségben javasolhatjuk.