

В рамках нового исследования учёные из Немецкого онкологического исследовательского центра (DKFZ) и Тюбингенского университета выяснили, как интервальное голодание влияет на неалкогольную жировую болезнь печени.

Специалисты давали мышам диету западного типа с большим количеством жиров и сахаров в течение 32 недель. Это привело к развитию у них неалкогольной жировой болезни печени. Далее одна часть животных оставалась на этом питании, а другую перевели на режим прерывистого голодания 5:2.

Оказалось, что группа, которая была на интервальном голодании, не набрала вес, а также продемонстрировала меньше симптомов болезни печени. Ещё у мышей был ниже уровень биомаркеров, указывающих на повреждение печени. Учёные пришли к выводу, что интервальное голодание 5:2 способствовало устойчивости животных к развитию неалкогольной жировой болезни печени.

Белками, которые отвечают за защитную функцию голодания, оказались PPAR-alpha и PCK1.

Материалы новостного характера нельзя приравнивать к назначению врача. Перед принятием решения посоветуйтесь со специалистом.