

# Muối:

## Nguyên nhân gây bệnh tiểu đường, viêm khớp...

- Những nghiên cứu mới nhất đã phát hiện ra rằng muối có thể là một trong những nguyên nhân chính khiến hệ miễn dịch bị rối loạn, gây nên hàng loạt các bệnh tự miễn như bệnh đa xơ cứng, vẩy nến, viêm khớp dạng thấp và viêm cột sống dính khớp.

Trong nghiên cứu của nhà khoa học ĐH Harvard, ĐH Yale và các đồng nghiệp tại Đức do Dominik Mueller, cùng bị bệnh đa xơ cứng nhưng tình trạng bệnh của những con chuột ăn chế độ ăn phương Tây nhiều muối xấu hơn nhiều so với các con chuột ăn lượng muối vừa phải.

Trong 1 nghiên cứu khác của GS David Hafler, Đại học Yale (Connecticut, Mỹ), nhóm nghiên cứu nhận thấy rằng ở những người đến ăn tại các nhà hàng ăn nhanh nhiều hơn một lần một tuần có sự gia tăng đáng kể nồng độ của các tế bào inflammatory (tế bào được hệ miễn dịch sản sinh khi có vết thương hay "kẻ lạ mặt" xâm nhập vào cơ thể), tuy nhiên các tế bào này lại tấn công các mô khỏe mạnh trong trường hợp các bệnh tự miễn.

Các phát hiện cho thấy muối có thể đóng một vai trò mà trước đây chưa được biết đến trong việc gây ra các bệnh tự miễn như bệnh đa xơ cứng hay tiểu đường loại 1 ở những người có nguy cơ mắc bệnh mang tính di truyền.

Giáo sư David Hafler, đã chia sẻ những phát hiện này với các đồng nghiệp tại ĐH Y Harvard, Viện Broad của Harvard, Viện Công nghệ Massachusetts và những người đang cố gắng tìm các yếu tố gây ra hoạt động của một loại tế bào tự miễn được gọi là T helper 17 (gọi tắt là Th17 - tế bào có thể gây viêm, vừa giúp bảo vệ khỏi các tác nhân gây bệnh, vừa liên quan tới các bệnh như bệnh đa xơ cứng, bệnh vẩy nến, viêm khớp dạng thấp và viêm cột sống dính khớp). Các lựa chọn điều trị những bệnh này như bệnh vẩy nến bao gồm việc điều chỉnh chức năng tế bào T.

Lượng muối cao đã được biết đến như một nguyên nhân làm tăng nguy cơ mắc bệnh tim và cao huyết áp. Nghiên cứu mới đây chế độ ăn nhiều

muối làm tăng nồng độ của một loại tế bào miễn dịch có liên quan tới bệnh tự miễn.

Ngoài ra, thiếu vitamin D và hút thuốc lá cũng là những yếu tố nguy cơ”.

Giáo sư Hafler nói rằng các phát hiện này cần được nghiên cứu thêm ở người nhưng việc giảm lượng muối trong chế độ ăn có thể là một ý kiến hay. Ông nói: “Nếu tôi mắc bệnh đa xơ cứng, tôi sẽ nghĩ rất nhiều về việc không ăn các thực phẩm đã chế biến sẵn và thực sự giảm lượng muối ăn”.

**Nghiên cứu được đăng trên Tạp chí Nature số ra ngày 06/03 .**