

## แบบฟอร์มตอบโต้ข่าวระบบสาสุขவர்

### สำนักโภชนาการ กรมอนามัย

หัวข้อข่าว ข่าวบาร์เลย์ ช่วยลดคอเลสเตอรอลสูง ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจ

---

ลิงก์ข่าว :

<https://www.facebook.com/hellokhunmor/posts/pfbid0UT6ktViJwuZAQxgFp71KQx2YY9s6LLJ719UDFL9Z3CmXKrSDPndDWyqo33oBjip7l>

ผลการตรวจสอบ :  ข่าวจริง  ข่าวบิดเบือน  ข่าวปลอม  ไม่สามารถชี้แจงได้

รายละเอียดตอบกลับ : ข่าวบาร์เลย์มีสารสำคัญคือ เบต้ากลูแคน ( $\beta$ -glucan) เป็นใยอาหารที่ละลายน้ำได้ มีคุณสมบัติในการชะลอและลดการดูดซึมคอเลสเตอรอล ต้านการอักเสบ ต้านอนุมูลอิสระ ช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือดได้

เอกสารอ้างอิง : 1. Ho, H., Sievenpiper, J., Zurbau, A. *et al.* A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials of the effect of barley  $\beta$ -glucan on LDL-C, non-HDL-C and apoB for cardiovascular disease risk reduction<sup>i-iv</sup>. *Eur J Clin Nutr* 2016, 1239–45. (2016).

หมายเหตุ : ข่าวบาร์เลย์มีกลูเตนเป็นองค์ประกอบ ผู้ที่เป็นโรคเซลิแอคและผู้แพ้อาหารกลูเตนควรหลีกเลี่ยง

ผู้ตรวจสอบ : นางสาวอัญชลี ศิริกาญจนโรจน์

ตำแหน่ง : นักโภชนาการปฏิบัติการ

เบอร์โทรศัพท์ : 02-5904329

วันที่ตรวจสอบ : 14 มี.ค. 66