

میوه‌ای که سلامت قلب را تضمین می‌کند

مصرف طالبی می‌تواند مانع از ابتلا به بیماری قلبی شود.



مصرف طالبی، میوه، نه‌اند مانع از ابتلا به بیماری قلبی، نشده. به گزارش ایسنا، مهر نوشت: طالبی حاوی آدنوزین است که از رسوبات خون که موجب بروز حمله قلبی می‌شود جلوگیری کرده و می‌تواند در سرکوب کردن سلول‌های خونی مزاحم به بدن کمک کرده و از این طریق موجب کاهش خطر احتمال حمله قلبی می‌شود. همچنین طالبی حاوی لیکوپن است که موجب کاهش بروز حملات قلبی شده و موجب می‌شود تا شما قلب سالمی داشته باشید. همچنین وجود پتاسیم در طالبی که برای سلامت و بهبود عملکرد قلب ضروری است از دیگر فواید طالبی محسوب می‌شود. پتاسیم از دیگر مواد معدنی مفید در طالبی است. طالبی با داشتن فیبر، آنتی‌اکسیدان‌های قوی، ویتامین C و پتاسیم برای حفظ سلامت قلب بسیار مفید است. از جمله فواید طالبی این است که با داشتن فیبر می‌تواند موجب کاهش فشار خون و کاهش کلسترول شده و از این طریق به سلامت قلب کمک می‌کند.