



مصرف شکلات خطر سکته مغزی در زنان را کاهش می دهد

تحقیقات نشان میدهد که مصرف حدوداً دو قطعه شکلات در هفته می تواند به زنان در کاهش خطر ابتلا به سکته مغزی کمک کند.

سلامت نیوز : تحقیقات نشان میدهد که مصرف حدوداً دو قطعه شکلات در هفته می تواند به زنان در کاهش خطر ابتلا به سکته مغزی کمک کند.

این تحقیقات که بر روی حدود 33500 زن با گروه سنی 49 تا 83 سال و در مدت 10 سال انجام شده نشان میدهد که مصرف 45 گرم شکلات در هفته از زنان در برابر سکته مغزی حفاظت می کند.

به گزارش سلامت نیوز یافته های این پژوهش حاکی از آن است که مصرف شکلات تا 20 درصد خطر سکته مغزی را کاهش می دهد. در این پژوهش آمده است که میزان مصرف شکلات با نوع سکته و آسیب های حاصل از آن کاملاً ارتباط دارد و حتی کسانی که شکلات بیشتری در برنامه تغذیه ای خود داشته اند از صدمات ناشی از سکته مغزی نظیر انسداد، لخته خون بیشتر در امان بوده اند.

همچنین این تحقیقات نشان ده که غلظت کاکائو در میزان خطر ابتلا به بیماری های قلبی و سکته مغزی موثر است. این پژوهش در مجله کالج قلب آمریکا چاپ شده است.