

چای سبز کلسترول بد خون را کاهش می‌دهد

بررسی کارشناسان نشان می‌دهد که مصرف چای سبز می‌تواند در کاهش کلسترول بد خون موثر باشد.



سلامت نیوز: بررسی کارشناسان نشان می‌دهد که مصرف چای سبز می‌تواند در کاهش کلسترول بد خون موثر باشد.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایسنا، در این مطالعه محققان دانشگاه علوم بهداشت کالیفرنیا به 1415 نفر که در ابتدای این مطالعه میزان کلسترول بد خونشان بالا بوده است نوشیدنی چای سبز تجویز کردند.

به گفته این محققان، چای سبز حاوی ترکیبات آنتی‌اکسیدان‌هایی است که می‌تواند به کاهش کلسترول کمک کند.

به گزارش ایسنا، به نقل از روزنامه ایندین اکسپرس، #171؛الیویا فانگ» پزشک ارشد این مطالعه گفت: تا کامل شدن این بررسی افرادی که کلسترول خونشان بالاست در کنار نوشیدن چای سبز به مصرف داروهای تجویزی پزشکشان نیز ادامه دهند.

بیشتر: .. سلامت نیوز: سرویس خبری: تغذیه: چای سبز کلسترول بد خون را کاهش می‌دهد.