



با این نوشیدنی خطر بروز سکته قلبی را کاهش دهید

نوشیدن چای سیاه از بروز سکته قلبی و دیابت نوع 2 در افراد جلوگیری می کند.

سلامت نیوز: نوشیدن چای سیاه از بروز سکته قلبی و دیابت نوع 2 در افراد جلوگیری می کند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از پانا، نوشیدن سه فنجان چای سیاه در روز تا 60 درصد خطر بروز سکته قلبی را در افراد کاهش می دهد.

براساس مطالعات اخیر دانشمندان، مصرف سه فنجان چای سیاه در روز از بروز دیابت و سکته قلبی در افراد جلوگیری می کند.

چای سیاه مملو از آنتی اکسیدانی است که از تجمع کلسترول در رگ های خونی جلوگیری می کند و همچنین از بروز فشار خون بالا در افراد جلوگیری می کند.

بیشتر: ..سلامت نیوز: سرویس خبری: تغذیه: با این نوشیدنی خطر بروز سکته قلبی را کاهش دهید:::