

## چاي فشار خون را پايين مي آورد

پزشکان استراليايي در يك آزمايش جديد دريافته اند نوشيدن هشت فنجان چاي در روز فشار خون را پايين مي آورد.



جام جم آنلاين: پزشکان استراليايي در يك آزمايش جديد دريافته اند نوشيدن هشت فنجان چاي در روز فشار خون را پايين مي آورد. متخصصان علوم پزشكي دانشگاه استراليايي غربي به گروهی از داوطلبان که فشار خون طبيعي و بالا داشتند، چاي سياه دادند.

این افراد از طريق نوشيدن چاي 429 ميلي گرم &#171;پلي فنول شيميائي» گياهي که معادل هشت و نيم فنجان چاي در روز است، دريافت کردند. به گروه ديگري از این داوطلبان نیز يك دارونما با طعم چاي داده شد.

پس از شش ماه، فشار خون گروهی که چاي نوشيده بودند، کاهش پيدا کرد.

پزشکان از این آزمايش نتیجه گرفتند نوشيدن چاي سياه مي تواند فشار خون بالا را تا 10 درصد و خطر بيماري قلبي را بين هفت تا 10 درصد پايين بياورد.

دکتر &#171;جوناتان هوگسان» تاکيد کرد: مصرف دائمي چاي سياه هم در افرادی که فشار خون عادي دارند و هم در بيماران مبتلا به فشار خون بالا موجب کاهش فشار خون مي شود. (ايسنا)