



### مصرف 3 فنجان چاي در روز خطر ابتلا به ديابت را کاهش مي‌دهد

متخصصان اعلام کردند: مصرف سه فنجان چاي در روز خطر ابتلا به ديابت را کاهش مي‌دهد...

متخصصان اعلام کردند: مصرف سه فنجان چاي در روز خطر ابتلا به ديابت را کاهش مي‌دهد. محققان در يك پژوهش جديد دريافتند: مصرف حداقل سه فنجان چاي در هر روز خطر بروز ديابت را تا حدود 50 درصد کاهش مي‌دهد.

در اين پژوهش، محققان روي بيش از 40 هزار نفر مطالعه کردند. اين افراد از لحاظ مصرف چاي مدت 10 سال تحت نظر و کنترل بودند. پس از تجزيه و تحليل‌هاي علمي، محققان کشف کردند: تمام انواع چاي‌ها حاوي مواد شيميايي هستند که خطر ابتلا به ديابت نوع دوم را تا 42 درصد کاهش مي‌دهد.

روزنامه ديلي اکسپرس در گزارشي با انتشار اين مطلب تاکيد کرد: به گفته اين محققان نوشيدن بيش از سه فنجان چاي در روز تائيري در کاهش بيشتر اين خطر ندارد.

اين پژوهش از سوي گروهی از محققان هلندي در مرکز پزشکي دانشگاه اوترچ انجام گرفته است.

اين محققان مي‌گویند؛ آنتي اکسیدانهاي فلاونوئیدی موجود در چاي اين تائير شگفت انگيز را بر جاي مي‌گذارند.

گفتني است، در اين پژوهش محققان تفاوتی بين انواع چاي قائل نشده‌اند اما خاطرنشان کردند: با توجه به اينکه اين تحقيق در هلند انجام شده بايد گفت 95 درصد از مردم اين کشور از چاي سياه استفاده مي‌کنند.