

جای منگنز و روی بدن را تأمین می‌کند



عضو هیئت علمی بخش تحقیقات فنی و مهندسی مرکز تحقیقات چای کشور گفت: نوشیدن روزانه پنج فنجان چای 25 درصد نیاز بدن به منگنز و 60 درصد نیاز به روی را تأمین می‌کند...

عضو هیئت علمی بخش تحقیقات فنی و مهندسی مرکز تحقیقات چای کشور گفت: نوشیدن روزانه پنج فنجان چای 25 درصد نیاز بدن به منگنز و 60 درصد نیاز به روی را تأمین می‌کند.

فاطمه پارسا امروز در گفتگو با فارس در لاهیجان با اشاره به کاربرد ضایعات چای در صنایع مختلف اظهار داشت: قبل از میلاد در کشور چین چای مصرف دارویی داشت تا اینکه در قرن ششم پس از میلاد چای ارزش روحانی و معنوی پیدا کرد و به عنوان یک نوشیدنی عمومی پذیرفته شد.

وی افزود: این نوشیدنی به تدریج عامه‌پسند شده به طوری که در حال حاضر دو سوم از جمعیت جهان آن را به عنوان یک نوشیدنی خوش طعم با خاصیت برطرف‌کنندگی خستگی، تحریک‌کننده و افزایش‌دهنده نیرو می‌شناسند.

عضو هیئت علمی بخش تحقیقات فنی و مهندسی مرکز تحقیقات چای کشور علت متفاوت بودن مقدار ترکیبات چای را به دلیل نوع گونه، شرایط آب و هوایی، روش فرآوری و طریقه دم کردن آن بیان کرد.

پارسا با اشاره به ترکیبات برگ سبز چای افزود: این ترکیبات شامل 29 درصد پروتئین، 35 درصد کربوهیدرات، سه درصد چربی، 33 درصد پلی‌فنل، چهار درصد کافئین و هفت درصد مواد معدنی و ویتامین‌های A، B، C، E و K است. نوشیدن پنج فنجان چای 25 درصد از نیاز روزانه بدن به منگنز و 60 درصد نیاز روی را تأمین می‌کند ضمن اینکه آهن، مس و فلوراید نیز در چای وجود دارد. چای اثر سودمندی بر هضم غذا، سیستم اعصاب، رگ‌های خونی، تسهیل فعالیت قلبی و عروقی، کاهش فشار خون و افزایش نیرو دارد. به گفته وی آلکالوئیدهای چای با افزایش قطر رگ‌های خونی سبب کاهش خستگی فکری و کاهش تب در هنگام سرماخوردگی می‌شود. کافئین موجود در چای نقش دارویی داشته و با فعالیت تحریکی ملایمی که دارد سبب تحریک سیستم اعصاب مرکزی و تنفسی بدون اثر جانبی می‌شود.

پارسا افزود: چای همچنین با گشاد کردن رگ‌های خونی در کلیه‌ها و افزایش تعداد گلبول‌های فعال خاصیت دفعی دارد و رنگ‌دانه‌های چای فیبروزن موجود در پلاسماي خون بیماران قلبی و عروقی را کاهش می‌دهد.

به گفته وی تئوفیلین موجود در چای با گشاد کردن نایژه‌ها سبب تسکین آسم می‌شود و دم کرده چای گاهی برای شستن و تمیز کردن زخم نیز به کار می‌رود.

عضو هیئت علمی بخش تحقیقات فنی و مهندسی مرکز تحقیقات چای کشور خاطرنشان کرد: پلی‌فنل‌های چای سبب ایجاد یکی از مهم‌ترین خواص سلامتی‌بخش در چای یعنی خاصیت آنتی‌اکسیدانی آن می‌شود.

پارسا، ترکیبات شیمیایی موجود در ضایعات چای را نیز مشابه برگ سبز چای و با ترکیبات موجود در چای سیاه یکسان دانست که به لحاظ مقدار با آن متفاوت است.

عضو هیئت علمی بخش تحقیقات فنی و مهندسی مرکز تحقیقات چای کشور این ترکیبات شیمیایی را شامل کربوهیدرات‌ها، پروتئین‌ها، لیبیدها، پلی‌فنل‌ها، کافئین، مواد معدنی، ترکیبات معطر، ویتامین‌ها، کلروفیل و رنگ‌دانه‌ها عنوان کرد. این خواص دارویی بیشتر به دو ترکیب آلی پلی‌فنل و کافئین نسبت داده می‌شوند که سبب پیشگیری و درمان بسیاری از بیماری‌ها است.

به گفته وی پلی‌فنل‌ها مهم‌ترین گروه از ترکیبات شیمیایی چای هستند که در ماده برگ سبز بین 30 تا 35 درصد وجود دارند و کیفیت نوشابه چای را تعیین می‌کنند.

عضو هیئت علمی بخش تحقیقات فنی و مهندسی مرکز تحقیقات چای کشور مقدار پلی‌فنل‌ها در بوته چای را بستگی به ژنتیک گیاه چای و فاکتورهای محیطی مانند آب و هوا، نور، بارندگی، دما، خاک و سن برگ دانست.

پارسا گفت: پلی‌فنل‌ها، مخلوطی جامد از پلی‌فنل به همراه مواد دیگر مانند کافئین و کلروفیل هستند و با توجه به مقدار پلی‌فنل‌ها و نوع آنها به گروه‌های مختلفی تقسیم می‌شوند و در پزشکی برای درمان سرطان‌های روده و مری، آنفلوآنزا، ناهنجاری‌های عروقی، کاهش چربی خون، کاهش قند خون و... کاربرد دارند.

وی افزود: این ماده برای تهیه اسپری‌های کشنده حلزون، قرص گیرنده بوی بد دهان، تخم مرغ و صابون کتچینی، وسایل آرایشی، شکلات کتچینی و... استفاده می‌شود. سین کتچین‌ها محلولی از پلی‌فنل هستند که با آب یا روغن رقیق شده است و در صنایع غذایی برای نگهداری و حفظ توده‌های غذا به عنوان آنتی‌اکسیدان، آنتی‌باکتریال و ضد رنگ‌بری استفاده می‌شوند.

عضو هیئت علمی بخش تحقیقات فنی و مهندسی مرکز تحقیقات چای کشور گفت: زمانی که این مواد با آب رقیق شوند برای نگهداری محصولات غذایی و فرآوری تولید ماهی کاربرد دارند و زمانی که با روغن رقیق شوند برای حفظ و نگهداری روغن استفاده می‌شوند. پروتئین چای به لحاظ داشتن اسیدهای آمینه ضروری در جیره غذایی حیوانات و ماکیان استفاده می‌شود و به عنوان کف‌کننده و آنتی‌اکسیدان در صنایع غذایی و محیط کشت برای حفظ و نگهداری سلول از جهش ژنی در برابر نور به کار برده می‌شود. فیبر نیز یکی دیگر از ترکیبات آلی موجود در چای است که در صنایع کاغذسازی، داروسازی و مصالح ساختمانی کاربرد دارد.

به گفته وی در تولید چای سیاه، برگ‌های چای به عنوان ماده اولیه و چای سیاه به عنوان محصول تولیدی شناخته می‌شود.

پارسا اظهار داشت: در بیشتر کشورها ضایعات کارخانه‌های چای نیز جزو محصولات جانبی مورد ارزیابی و استفاده قرار می‌گیرند و با بهره‌وری مناسب از این ضایعات می‌توان علاوه بر تامین نیاز داخلی و ایجاد اشتغال از خروج مبالغ هنگفتی ارز جلوگیری کرد. عضو هیئت علمی بخش تحقیقات فنی و مهندسی مرکز تحقیقات چای کشور بهره‌وری از ضایعات چای را سبب ذخیره‌سازی و صرفه‌جویی در هزینه‌های آن ذکر کرد و گفت: بهره‌وری از ضایعات چای از میزان آلودگی زیست‌محیطی نیز جلوگیری می‌کند.