

مصرف روزانه آبمیوه فشارخون را بالا می‌برد

متخصصان بر اساس بررسی‌های خود اظهار داشتند: مصرف روزانه یک لیوان آبمیوه خطر ابتلا به فشار خون و بیماری‌های قلبی-عروقی را افزایش می‌دهد.



همشهری آنلایین:متخصصان بر اساس بررسی‌های خود اظهار داشتند: مصرف روزانه یک لیوان آبمیوه خطر ابتلا به فشار خون و بیماری‌های قلبی-عروقی را افزایش می‌دهد.

به گزارش ایسنا، متخصصان استرالیایی اعلام کردند: بر خلاف آنچه که در گذشته در مورد تاثیر مثبت مصرف آبمیوه وجود داشت، بررسی‌ها حاکی از آن است که نوشیدن مرتب آبمیوه به طور قابل توجهی موجب افزایش فشار خون می‌شود.

به گفته پزشکان اگرچه آبمیوه دارای ویتامین‌های ضروری برای بدن است اما به طور معمول دارای میزان قند بالایی است که می‌تواند خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را افزایش دهد.

به گزارش ایسنا به نقل از خلیج تایمز، بنابراین، مصرف مداوم این نوع نوشیدنی به افزایش میزان قند دریافتی بدن منجر می‌شود و خطر ابتلا به فشار خون بالا و بیماری‌های قلبی را به همراه خواهد داشت.