

Учёные обнаружили, что регулярное употребление зелёного чая снижает риск возникновения гипертонии на 65%.

Известно, что зелёный чай и улун — отличные источники полифенолов. Эти антиоксиданты борются с повышенным кровяным давлением.

Результаты одного проведённого исследования с участием 1507 китайских мужчин и женщин из Тайваня показали, что всего полчашки чая в сутки положительно влияют на давление.

Полезные свойства зелёного чая связаны в том числе с катехинами. Это антиоксиданты, которые расслабляют кровеносные сосуды. Это способствуют понижению кровяного давления.

Материалы новостного характера нельзя приравнивать к назначению врача. Перед принятием решения посоветуйтесь со специалистом.