الفوائد الهامة للشاي الأخضر

قدرة الشاي الأخضر على محاربة السرطان أكثر قوة وتنوعا مما كان العلماء يظنون، وفقا لما يلمح إليه باحثون.. [المزيد]

يقولون إن النتائج في المختبرات لا تترجم بالضرورة إلى الحياة اليومية حيث أن العامل الحاسم هو كيفية تفكك الشاي الأخضر في داخل الجسم.

بالإضافة إلى ذلك، هناك الكثير من الفروقات بين مختلف أنواع الشاي الأخضر.

وقالت الدكتورة جولي شارب، وهي مسؤولة في قسم المعلومات العلمية في معهد أبحاث السرطان في بريطانيا: "البحث يصف مواصفات إضافية للشاي الأخضر يمكنها أن تكون نافعة ولكنها يجب أن تُخضع لتجارب كما ينبغي".

وأضافت: "إن أسباب السرطان معقدة ويمكن لكل من الحمية الغذائية وتركيبتنا الجينية أن تعمل معا لكي تؤثر على خطر إصابتنا بالمرض".

وأردفت: "إن معهد أبحاث السرطان في بريطانيا يعكف حاليا على إجراء دراسة واسعة النطاق على الحمية الغذائية والصحة لإجراء بحث على العادات الغذائية لأكثر من نصف مليون شخص في عشر دول أوروبية لمحاولة الإسهام في حل هذا التعقيد".

كما أشارت الأبحاث أيضا إلى أن الشاي الأخضر قد يساعد على التقليل من خطر الإصابة بالتهاب المفاصل الروماتيزمي وعلى تخفيض معدلات الكولسترول.

وقد نشر البحث في مجلة "كميكال ريسيرتش إن توكسيكولوجي" الدورية.