إشربي الشاي الاخضر يومياً بلا تردد

الشاي الأخضر يساعد على تخفيض الإصابة بالسرطان:

الشاي الأخضر يحتوي على مضادات حيوية ذا فعالية اكثرمن مائة مرة من الفيتامين (C) وأفضل ب 25 مرة من الفيتامين (E)

الشاي الأخضر والذبحة القلبية:

الشاي الأخضر يساعد على التجنب من الذبحات القلبية وذلك بتخفيض نسبة الكولسترول في الدم وحتى بعد الإصابة بالذبحة القلبية الشاي الأخضر يمنع من موت الخلايا ويزيد من نسبة الخلايا التي تحافظ على القلب.

الشاي الأخضر والتقدم في السن:

الشاي الأخضر يحتوي على مضادات تُعرف بإسم بوليفينول تحارب جذور الشيخوخة وهذا يعني المساعدة ومحاربة الشيخوخة والعمر الطويل.

الشاي الأخضر وتخفيف الوزن:

الشاي الأخضر يساعد على حرق الدهون ويزيد من نسبة الأيض الطبيعي
يساعد على حرق 70 وحدة حرارية في اليوم الواحد وفي السنة حوالي 18 كيلو.
الشاي الأخضر والجلد:

المضادات الحيوية في الشاي الأخضر تساعد على حماية الجلد من التجاعيد ومن حبوب الشباب وكذلك الشاي يحارب السرطان الجلدي.
الشاي الأخضر وإلتهاب المفاصل:

الشاي الأخضر يقلل من مخاطر الإصابة بإلتهاب المفاصل كما أنه يحمي الغضروف بمنع إنتشار الأنزيم الذي يهدم الغضروف.
الشاي الأخضر والعظام:

سبب المحافظة على العظام هو إحتوائه على كمية عالية من الفلوريد الذي يساعد على إبقاء العظام متينة
شرب الشاي الأخضر يومياً يساعد على حماية العظام.

الشاي الأخضر والكولسترول:

الشاي الأخضر يحسن نسبة الكولسترول الجيد عن الكولسترول السيء وذلك بتخفيض نسبة الكولسترول السيء.
الشاي الأخضر والبدانة:

الشاي الأخضر يمنع البدانة ويوقف من حركة الغلوكوز في الخلايا المدهنة
اذا كنت تتبع نظام غذائي تناول الشاي الأخضر يومياً هذا سيساعدك على تجنب البدانة.
الشاي الأخضر والسكر في البول:

الشاي الأخضر يحسن ايض الليبيد والجلوكوز ويمنع زيادة نسبة السكر في الدم.
الشاي الأخضر والذاهيمر:

الشاي الأخضر يساعد على تحسين الذاكرة

وبما أنه ليس هناك دواء لهذا المرض فالشاي الأخضر يخفف عملية تخفيض الإستيكولين في الدماغ الذي يسبب الزاهيمر.

الشاي الأخضر والبركونسون:

المضادات الحيوية في الشاي الأخضر تساعد على تجنب ضرر الخلايا في الدماغ الذي يمكن أنيسبب مرض

البركونسون

الأشخاص الذين يشربون الشاي الأخضر يتحسنون اذا كانو يعانوا من البركونسون.

الشاي الأخضر وأمراض الكبد:

الشاي الأخضر يساعد الأشخاص لتقبل زرع أعضاء من خارج جسدهم اذا كانو يعانون من أمراض في الكبد

الأبحاث اظهرت أن الشاي الأخضر يدمر الجذور المؤذية في الكبد المدهن.

الشاي الأخضر والضغط في الدم:

الشاي الأخضر يساعد على تجنب إرتفاع الضغط في الدم.

الشاي الأخضر والطعام السام:

الكاتشين الموجود في الشاي الأخضر يمكنه أن يقتل البكتيريا التي يمكن أن تسمم الطعام وتقتل التوكسين التي تسببها هذه البكتيريا.

الشاي الأخضر والسكر في الدم:

السكر في الدم يتجه نحو الزيادة مع التقدم في العمر لكن البوليفينول والبوليسكريد في الشاي الأخضر يساعدان على تخفيض السكر في الدم.

الشاي اخضر والمناعة:

البوليفينول والفلافنويد الموجودان في الشاي الأخضر يساعدان على تقوية جهاز المناعة وتقوية الصحة لمحاربة الأمراض.

الشاي الأخضر والبرد والإنفلونزا:

فيتامين (C) الموجود في الشاي الأخضر يساعد عى محاربة الإنفلونزا والبرودة.

الشاي الأخضر والربو:

التيوفلين الموجود في الشاي الأخضر يريح العضلات التي تحمل مجاري البرونشيت وتقلل من حدة الربو.

الشاي الأخضر وإلتهاب الأذن:

الشاي الأخضر يساعد على التخلص من ألم الأذن

لتنظيف الأذن طبيعياً بلل القطنة في الشاي الأخضروأدهن الأذن الملتهبة.

الشاي الأخضر والصدفية:

الشاي الأخضر يزيد من فعالية الأنترفرون لمعالجة الصدفية

كذلك إستعمال الشاي الخضر الموضعي ودهن الجلد بالشاي الأخضر لمعالجة الصدفية.

الشاي الأخضر وتسوس الأسنان:

الشاي الأخضر يهدم البكتيريا التي تسبب تسوس السنان

كما تبطيء من نمو البكتيريا وفي الأخير : مشروب يحافظ على الصحة العامة للجسم ، ومافي اي مضار جانبية من شربه ونتمنى لكم دوام الصحة والعافية