

Čajevi su kao pomoćno ljekovito sredstvo, dobri kod prehlada i viroza. Čajevi su kod takvih stanja nezamjenjivi, a jedan od najboljih za opće dobro stanje organizma, posebno za rad mentalnih funkcija, jest zeleni čaj.

Japanski su naučnici proveli istraživanje na oko 1000 ljudi starijih od 70 godina kako bi provjerili uticaj te biljke na njihov organizam. Ispitanici su određeno vrijeme pili zeleni čaj i pokazalo se da su određeni sastojci zelenog čaja povoljno uticali na njihove mentalne sposobnosti, posebno kod onih koji su imali oštećenja mozga kakva nastaju kod Parkinsonove ili Alzeheimerove bolesti.

Ta činjenica, napominju istraživači, može biti odgovor na to zašto je u Japanu, u odnosu prema Europi i Sjevernoj Americi, općenito niža stopa demencije. Zato preporučuju ispijanje po jedne šoljice zelenog čaja na dan.

www.medicina.ba