

دراسة هولندية: الشاي والقهوة يحميان القلب



السبت 19 يونيو 2010 12:06 م

19/06/2010

نافذة مصر / د ب أ

أكدت دراسة هولندية أن الشاي والقهوة يخفضان خطر الإصابة بأمراض القلب إذا تناولهما الإنسان بشكل معتدل [] وأوضح الباحثون الهولنديون أن احتساء ثلاثة إلى ستة أكواب من الشاي يوميا يمكن أن يخفض خطر الموت بسبب أحد أمراض القلب بنسبة تصل إلى 45%. وحسب الدراسة التي استغرقت عدة سنوات فإن شرب الشاي بمعدل أكثر من ستة أكواب يوميا يخفض احتمال الإصابة بأحد أمراض القلب بنسبة 36% مقارنة بالأشخاص الذين يشربون الشاي أقل من مرة واحدة يوميا [] 36% أما احتساء القهوة فليس صحيا بنفس هذه الدرجة ولكن العلماء يؤكدون أن احتساء القهوة مرتين إلى أربع مرات يوميا يمكن أن يخفض خطر الإصابة بأحد أمراض القلب بنسبة ليست بالقليلة 20%.

كما توصل أطباء المركز الطبي بجامعة أوتريشت إلى قناعة بأن احتساء الشاي أو القهوة لا يساعد على الإصابة بالجلطات الدماغية [] وقالت الأستاذة يفونه فان دير شوف التي أشرفت على الدراسة: "أظهرت النتائج التي توصلنا إليها أن مميزات شرب القهوة والشاي ليس لها علاقة بزيادة خطر الإصابة بالجلطات أو الموت بسبب أمراض أخرى".

قام علماء جامعة أوتريشت على مدى 13 عاما بجمع بيانات عن 37514 شخصا فيما يتعلق بشربهم الشاي والقهوة وقارنوا هذه البيانات مع حوادث الإصابة بأمراض القلب وحالات الوفاة التي وقعت داخل هذه الدائرة من الأشخاص []

غير أن الباحثين أكدوا في الوقت نفسه أن نتائج هذه الدراسة يمكن أن يشوبها عدم الدقة من ناحية تباين العادات الغذائية وأسلوب حياة هؤلاء الأشخاص الذين تم تحليل بياناتهم [] وربما كان سبب انخفاض التأثير الإيجابي للقهوة على حماية القلب لدى بعض الأشخاص أن الذين يشربون القهوة غالبا ما يكونون مدخنين في الوقت ذاته []