

## ดื่มชาดำหรือเขียวประจำวันละ3ถ้วย ปิดเป้าอัมพาตไกลร้อยละ21

นำเสนอเมื่อ : 24 ก.พ. 2552

นักวิจัยค้นพบการดื่มชาวันละ 3 ถ้วยทุกวัน จะช่วยลดความเสี่ยงของการเป็นอัมพาตลงได้ถึงร้อยละ 21 ไม่ว่าจะเป็ชชาเขียวหรือชาดำ

นักวิจัยโรงเรียนแพทย์ มหาวิทยาลัยยูซีแอลเอ.ชื่อดังของสหรัฐฯ พบในการศึกษาว่า หากดื่มชาดำหรือเขียววันละ 3 ถ้วยเป็นประจำ จะช่วยปิดเป้าภัยของการเป็นอัมพาตให้ห่างไกลได้เป็นอันมาก

นักวิจัยรายงานผลการศึกษาในวารสารวิชาการของ “แพทย สมาคมโรคหัวใจอเมริกัน” ฉบับออนไลน์ แจงว่า ได้ทำการศึกษาจากการทบทวนรายงานการศึกษาด้วยการสังเกตการณ์ ถึงความเกี่ยวพันของการเป็นอัมพาตกับการดื่มชา รวม 9 เรื่อง ซึ่งเกี่ยวเนื่องกับบุคคลต่างๆ รวมกัน 195,000 ราย

ศาสตราจารย์เลนอร์ อารับ อาจารย์วิชาอายุรศาสตร์ หัวหน้านักวิจัย รายงานว่า “สิ่งที่เราเห็นก็คือผลอันสม่าเสมอ ในการดื่มชาวันละ 3 ถ้วยทุกวัน จะช่วยลดความเสี่ยงของการเป็นอัมพาตลงได้ถึงร้อยละ 21 ไม่ว่าจะเป็ชชาเขียวหรือชาดำ”

เขาได้บอกไว้ว่า “หนทางที่จะลดความเสี่ยงของการเป็นอัมพาตที่รู้จักกันมีอยู่น้อยมาก ทั้งในการรักษาด้วยการให้ยากับผู้ป่วย ยังจะต้องทำโดยไว เนื่องจากความเสียหายเกิดขึ้นเร็วมาก จึงทำให้การคนพบนี้ดูน่าตื่นตะเน เพราะถ้าเราพบหนทางป้องกัน หรือป้องกันไม่ให้เกิดความเสียหายขึ้นได้ มันก็ง่ายขึ้น ก็จะนับได้ว่าเป็นความก้าวหน้าอันใหญ่หลวง”.

**ขอบคุณที่มาจาก ไทยรัฐ**