

Консультация www.маммолог.онлайн

Консультация www.венеролог.онлайн

Ромашковый чай, помидоры и ячмень для людей, которые не хотят болеть.

Ромашковый чай

Ученые обнаружили, что ромашковый чай существенно увеличивает присутствие гиппурата в моче, который является продуктом распада растительных фенолов (карболовая кислота). Фенолы увеличивают антибактериальную активность в организме. Это объясняет тот

факт
, что
ромашковый
чай
помогает
справиться
с
простудой
и
преодолеть
инфекции

.
Исследование
было
опубликовано
в 2005
году
в
журнале
Journal of Agricultural and Food Chemistry.

ЧИТАЙ ТАКЖЕ - [Клиника](#) [предлагает](#) [спектр](#) [услуг](#)

Помидоры

Томаты содержат ликопены – каротиноиды, которые выступают в роли антиоксидант
ов в организм
е . Это бы
ло
установлено
в
ходе
небольшого
эксперимента
на
добровольцах
. 10
женщин
были
разделены

на
две
группы

.
Первая
получала
томатное
пюре
в
течение
21 дня,
из
рациона
второй
группы
помидоры
были
исключены

.
Выяснилось
, что ДНК
лимфоцитов
(
белые
кровяные
тельца
)
женщин
первой
группы
получили
меньше
повреждений

.
Другими
словами
,
ликопены
в
томатах
защищают
клетки
от
окислительного
стресса

.

Исследование
было
опубликовано
в 1999
году
в American Journal of Clinical Nutrition.

Ячмень

Этот злак богат бета-глюканами – полисахаридами, которые увеличивают активность макрофагов. Бета-глюкан запускает защитный процесс для кожных макрофагов – клеток Лангерганса.

Клетки Лангерганса осуществляют защиту кожи не только от локальной инфекции, н
о
и
от
злокачественных
новообразований

·
Считается
, что это
свойство
бета-глюкана
можно
использовать
для
лечения
акне

·
Исследование
было
опубликовано
в
журнале
Journal of the Mechanical Behavior of Biomedical Materials

⋮

[Запись на консультацию по телефону: 8 \(8634\) 36 46 01 в Таганроге](#)

Клиника работает ежедневно.

Часы приема врачей – с 10.00 до 15.00.

Суббота - с 10.00 до 13.00

E-mail: klinika@vvi-klinika.ru

Лицензия № ЛО-61-01-001709