



**С
МЕЖДУНАРОДНЫМ**

ЧАЙ С КЕМ
ПОПАЛО НЕ ПЬЮТ
ЧАЙ - ЭТО ЛИЧНОЕ



Что такое чай?

Чай это - напиток,
получаемый варкой,
завариванием или





Виды чая:
Травяные чаи
Чай с шиповником
Чай с имбирём
Индийский чай
Чай с боярышником
Чай по-японски
Чай улун

(На самом деле их

больше)
Красный китайский чай
Ройбос – африканский чай

«Нечайные» чаи
Зелёный Китайский чай
Чёрный чай – пуэр
Каркаде
Чай Да Хун Пао
Белый чай.

Это всё.

Можно ли пить чай каждый день?

Сотрудники медицинского факультета университета им.

Э. Роттердамского (Нидерланды) опубликовали новые данные о пользе чая как профилактики сердечно-сосудистых заболеваний. Результаты обследования 3500 лиц показали: употребление 1-2 чашек этого напитка ежедневно почти в 2 раза уменьшает риск возникновения **склероза аорты**. **Четыре чашки** снижают риск этого заболевания почти на 70%. Четыре – пять чашек зелёного чая в день снижают риск инфаркта на 26%. Выяснилось также, что защитные свойства чая у женщин проявляются заметнее, чем у мужчин.

A glass cup of tea with a lemon slice and mint leaves on a saucer. The background is dark and textured, possibly wood. The text is overlaid on the image.

Холодно и сыро? Пейте чай с молоком против отёков

Вроде бы и причины не было, а под глазами возникли мешки, начали отекать пальцы, - возможно, в этом виноваты холод и сырость. В такую погоду плохо выводится из организма жидкость.

Прекрасный способ побороть напасть – пить не кофе, а чай. Да

ещё со свежим молоком (не сгущённой). Не зря ведь англичане, в стране которых постоянно сыро и прохладно, так любят

ЭТОТ

мочегонный напиток. Возможно, именно поэтому уровень

1 - Это может произойти из-за слишком частого употребления чёрного чая (более 5-6 чашек в день). В результате, из-за недостатка магния, человек зарабатывает себе бессонницу,

2 - «Вчерашний» чай может нанести большой ущерб организму, поскольку является идеальной средой для размножения бактерий. Поэтому рекомендуется пить только недавно заваренный чай.

3 - Это может угрожать любителям зелёного чая. Хотя зелёный чай и обладает чудесными целебными свойствами, чрезмерное его употребление может привести к заболеваниям печени и почек. Это происходит

4 - Стоматологи рекомендуют чистить зубы после каждой выпитой чашечки чая, так как из-за частого употребления

5 - Не стоит записывать лекарства с чаем – чай вступает в реакцию с препаратом и может лишить его лечебных свойств, а иногда и превратить лекарство в вредное.

1 - Швейцарские учёные провели исследование и пришли к выводу, что чай стимулирует умственную деятельность и улучшает память.

Всё это происходит благодаря отличному симулятору мозга – кофеину. Серотонин, содержащийся в чае, повышает настроение и

2 - Чайные листья обладают высокой концентрацией витаминов С, Е, D, йода, никотиновой кислоты – это предотвращает старение клеток.

Аргентинские учёные выяснили, что чай мате (парагвайский чай), в котором содержатся полифенолы, препятствующие разрушению клеток, не допускает преждевременного старения. Зелёный чай также замедляет процесс старения, благодаря катехинам, содержащимся в

7 - По мнению британских специалистов, чай успешно ведёт борьбу с лактобациллами, которые вызывают разрушение зубов, и заразными стрептококк мутантами. А зелёный чай ко всему этому борется ещё и с неприятным запахом изо рта и стимулирует сжигание жиров.

6 - Чай эффективен при гипертонии и при высоком уровне холестерина в крови. Он очищает сосуды от жировых отложений, укрепляет стенки сосудов, расширяет их.

5 - Обычно пожилые люди имеют очень хрупкие кости, поэтому их нужно укреплять. По мнению американских учёных, чай может помочь в этом: он укрепляет бедренные кости и тем самым предотвращает переломы. Скорее всего, это происходит из-за содержания в чае







Спасибо за

ВСЮ ИНФОРМАЦИЮ, ЧТО ВЫ ЗДЕСЬ
Внимание!
ПРОЧИТАЛИ ИЛИ НЕ ПРОЧИТАЛИ Я НАШЛА В
ИНТЕРНЕТЕ

Этот праздник действительно
существует!
Хорошего вам **завтрашнего**

ПРАЗДНИКА!
15 ДЕКАБРЯ.

Сегодня праздник чая!

Eee

!
Пожалуйста оцените
презентацию
в комментариях.