

«Ασπίδα» κατά της γρίπης τα αμύγδαλα

/ Ε



Η κατανάλωση

αμυγδάλων βοηθά τον ανθρώπινο οργανισμό να καταπολεμήσει τις μολύνσεις από ιούς, όπως το κοινό κρυολόγημα και τη γρίπη, σύμφωνα με νέα βρετανο-ιταλική έρευνα.

Η κατανάλωση αμυγδάλων βοηθά τον ανθρώπινο οργανισμό να καταπολεμήσει τις μολύνσεις από ιούς, όπως το κοινό κρυολόγημα και τη γρίπη, σύμφωνα με νέα βρετανο-ιταλική έρευνα.

Η μελέτη, όπως αναφέρει το ΑΠΕ-ΜΠΕ, κατέδειξε ότι οι χημικές ουσίες που με φυσικό τρόπο βρίσκονται στον φλοιό των συγκεκριμένων ξηρών καρπών, ενισχύουν την άμυνα του ανοσοποιητικού συστήματος κατά των «ξένου σώματος». Αυξάνουν έτσι την φυσική ικανότητα του ανθρώπινου σώματος να παρεμποδίζει τον πολλαπλασιασμό και την εξάπλωση των παθογόνων μικροοργανισμών.
[\(περισσότερα...\)](#)