Пиене на вода срещу сърдечна недостатъчност и тромбози?

- две проучвания: Едно проучване, което беше представено на 24 август 2021 г. на конгреса на Европейското общество по кардиология във Франция, стига до заключението: "Доброто хидратиране през целия живот...



- две проучвания:

Едно проучване, което беше представено на 24 август 2021 г. на конгреса на Европейското общество по кардиология във Франция, стига до заключението: "Доброто хидратиране през целия живот би могло да намали риска от развитие на сърдечна недостатъчност." Авторката на проучването е д-р Наталия Дмитриева от Националния институт за сърце, белодробни и кръвни заболявания в Бетесда, САЩ. Тя казва: "Нашето проучване сочи, че доброто хидратиране може да предотврати или поне да забави промените в сърцето, които водят до сърдечна недостатъчност. Резултатите сочат, че трябва да обърнем внимание на количеството течност, което прием ежедневно, и трябва да вземем мерки, ако установим, че пием твърде малко." Пиенето на осем чаши вода на ден през целия живот може да намали риска от сърдечна недостатъчност 25 години по-късно, според последното проучване.

It's good.
to be truu.