

Ressort: Gesundheit

Nussknacker haben ein gutes Herz

Herzgesundheit

Bonn, 16.10.2017, 21:32 Uhr

GDN - Kann kardiovaskulären Erkrankungen durch den Verzehr von Nüssen vorgebeugt werden? Dieser Frage widmete sich ein Forschungsprojekt, das fünf Studien mit 435 Teilnehmern einschloss. Kardiovaskuläre Erkrankungen betreffen die Herzkranzgefäße und sind weltweit noch immer Todesursache Nummer Eins.

Kann kardiovaskulären Erkrankungen durch den Verzehr von Nüssen vorgebeugt werden? Dieser Frage widmete sich ein Forschungsprojekt, das fünf Studien mit 435 Teilnehmern einschloss. Kardiovaskuläre Erkrankungen betreffen die Herzkranzgefäße und sind weltweit noch immer Todesursache Nummer Eins.

Es wird vermutet, dass durch den regelmäßigen Verzehr einer relativ großen Menge von Nüssen die Gesamtcholesterinwerte und das sog. "schlechte" Cholesterin gesenkt werden können.

Dazu wurden fünf randomisierte kontrollierte Studien mit 435 Teilnehmern eingeschlossen, die über mindestens 12 Wochen durchgeführt wurden. Die Studienteilnehmer waren im Durchschnitt zwischen 37 und 54 Jahre alt. In allen fünf Studien wurde die Wirkung des Verzehrs von Nüssen untersucht. Keine der Studien enthielt Angaben zu Todesfällen oder kardiovaskulären Ereignissen. Keines der Studienergebnisse zeigt eine klare Auswirkung auf die Gesamtcholesterinwerte und den Blutdruck. In einer Studie war ein Fall ...

Weiterlesen unter:

Bericht online:

<https://www.germandailynews.com/bericht-96156/nussknacker-haben-ein-gutes-herz.html>

Redaktion und Verantwortlichkeit:

V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Defibrillation-Info/ Cochrane-Reviews

Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich. Defibrillation-Info/ Cochrane-Reviews

Editorial program service of General News Agency:

UPA United Press Agency LTD

483 Green Lanes

UK, London N13NV 4BS

contact (at) unitedpressagency.com

Official Federal Reg. No. 7442619