TRÀ GIÚP BẢO VỆ DA NGĂN NGỪA TÁC HẠI CỦA ÁNH NẮNG MẶT TRỜI

Ai cũng biết rõ trà có nhiều tính năng đối với sức khỏe. Mới đây một nghiên cứu của Mỹ được đăng trên tạp chí American Journal of Dermatology khẳng định rằng trong trà có chất epigallocatechin-O-gallate (EGCG) giúp bảo vệ da ngăn ngừa các tác hại của tia cực t&i

Tiến sĩ Judy Rees và các cộng sự thuộc Trường Đại học Y khoa Dartmouth (New Hampshire) đã nghiên cứu tác động của trà đối với 2.200 người mắc những căn bệnh ung thư da như ung thư biểu mô, u melanin.

Ung thư biểu mô thường phát triển ở người cao tuổi và chỉ tấn công những phần trên da thường tiếp xúc với ánh nắng mặt trời như gương mặt, cổ, bàn tay. Bệnh có thể chữa khỏi nhờ phẫu thuật. Còn bệnh u melanin nguy hiểm hơn, thường xuất hiện ở người trẻ tuổi và tấn công cả cơ thể.

Mỗi năm tại Pháp có 1.500 người bị tử vong do ung thư da và số ca mới không ngừng phát triển. Tiếp xúc thường xuyên với ánh nắng mặt trời có thể làm hỏng ADN của các tế bào da, làm xuất hiện bệnh ung thư.

Kết quả nghiên cứu của Tiến sĩ Rees chứng minh những người thường xuyên uống trà, ít nhất mỗi ngày 1 tách có nguy cơ phát triển những khối u này thấp hơn 20 đến 30% so với những người không uống. Đối với những người uống trà từ hơn 10 năm và những người uống đều đặn ít nhất mỗi ngày 2 tách, tác dụng này càng rõ rệt hợn.

Các nhà nghiên cứu giải thích rằng EGCG là chất chống oxy hóa có mặt trong trà giúp giảm tác động của tia cực tím đối với da nhờ ức chế các quá trình gây ung thư.
V.S