

Исследования, проведенные на протяжении многих лет, показали, что ежедневное употребление красного вина может помочь предотвратить сердечные заболевания. Теперь же ученые полагают, что оно также может помочь тем, кто уже перенес сердечный приступ. Ученые из



Гарвардской медицинской школы выяснили, что пациенты, у которых был сердечный приступ, менее вероятно будут иметь еще один и будут жить гораздо дольше, если будут употреблять вино в умеренных количествах, а не воздерживаться от него. Рекомендуемая доза для оказания нужного эффекта составляет 500 мл в день, это эквивалентно двум бокалам. Содержащиеся в вине антиоксиданты защищают от болезней сердца за счет снижения холестерина. При этом ученые подчеркивают, что данные выводы применимы лишь к тем людям, которые пьют вино на регулярной основе, а не начинают резко употреблять его после сердечного приступа.

{pageviews 00 none} *Информация предоставлена [этим сайтом](#)*

---