

# چقندر کا جوس بلڈ پریشر کم کرتا ہے، طبی محققین

By: Samaa Web Desk \_ \_ \_ January 9, 2018



سلانوالی: طبی محققین نے اپنی ریسرچ میں قرار دیا ہے کہ ایک گلاس چقندر کا  
جوس بلڈ پریشر کو نیچے لاسکتا ہے کیونکہ اڑھائی سو ملی لیٹر کا ایک گلاس چقندر کا جو  
س بلڈ پریشر کو 10 ملی لیٹر تک کم کر سکتا ہے جبکہ بعد میں اس کو نارمل سطح پر لاسکتا  
ہے۔

طبی ماہرین کے مطابق پتھنر میں موجود نائٹریٹ خون کی نالیوں کو کھلا کرتا ہے اور  
بہاؤ کو بڑھاتا ہے جبکہ انجائینا میں مبتلا بہت سے مریضوں کو نائٹریٹ والی اد  
ویات کی ہی ضرورت پڑتی ہے۔

بلڈ پریشر ایک ایسی بیماری ہے جس پر کنٹرول نہ کیا جائے تو یہ ہارٹ اٹیک اور  
فالج کا باعث بن سکتی ہے۔ سماء