

## Ceaiul verde, când nu trebuie să-l consumi

Steluța Indrei / 07 sep 2018 / 22:52



Descriere foto:

**Ceaiul verde aduce numeroase beneficii organismului, însă are și câteva contraindicații. Iată cine nu ar trebui să această băutură.**

Ceaiul verde nu este indicat celor care au predispoziție la lipotimie, o senzație de pierdere iminentă a conștiinței. D există contraindicații ale ceaiului verde și pentru cei care suferă de ulcer gastric sau duodenită, întrucât poate produce dureri la nivelul mucoasei gastrice.

Și mamele care alăptează ar trebui să se abțină de la consumul ceaiului verde. Oricum, acestea trebuie să aibă grijă să orice tip de ceai concentrat seara, întrucât substanțele concentrate poate trece în laptele matern și pot provoca bebelușilor.

De asemenea, tot din cauza conținutului de teină (substanță cu efect asemănător cafeinei), există contraindicații și pe au probleme cu asimilarea calciului. În cazul persoanelor hipotensive, care beau mult ceai verde foarte concentrat le tensiunea, însă apoi scade și apare o senzație de moleșală și scade tonusul vaselor sanguine.

De asemenea, persoanele cu tulburări de somn nu vor consuma cantități foarte mari de ceai verde, mai ales după ora 1

Ceaiul verde nu le face bine celor care fac chimioterapie, deoarece poate reduce efectele tratamentului și gradul de fierului din fructe și legume.

Persoanele care suferă de afecțiuni renale, hepatice, anxietate, ulcere ar trebui să îl consume cu acordul medicului și cantități mici.