



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com)

ASPIRİN

Londra Cardiff Üniversitesi'nin 25 yıl süren 2500 kişinin katılımıyla yapılan araştırma "Günde 1 aspirinin 50 yaşın üzerindeki için kayat kırtarıcı" olduğunu ortaya koydu. Cardiff Üniversitesi bilim adamları 50 yaşın üzerindeki herkesin günde 1 aspirin tableti alması gerektiğini, maliyeti çok düşük olan bu koruyucu metod sayesinde kalp krizi ve felç vakalarında ciddi düşüş olacağını bildirdi. Araştırma sonuçları, sık sık açıklanan bu gerçeğin pek çok orta yaş gurubu mensubu tarafından ciddiye alınmadığını ve çok sayıda kişinin aspirinden faydalanmadığını da ortaya koydu. Bİlim adamları, aspirinin kalp krizleri ve felç vakalarının yanı sıra alzheimer ve bazı kanser türlerinin önlenmesine de yardımcı olduğunu belirtti.
