

- 
- 
- 
- 
- 
- 

الأحد 22 شوال 1446 هـ - 20 أبريل 2025

أخبار النافذة

[كيف تُدير المقاومة معركتها التفاوضية؟ المفاوضات الأمريكية - الإيرانية.. خيارات طهران المحدودة الحسم في القاهرة.. 6 أرقام مثيرة من تعادل الأهلي مع صنداونز جرائم بلا عقاب.. تقرير حقوقي يرصد "وحشية" الشرطة ضد المعتقلين والحنايين "نصف موازنة مصر لـ"فوائد الديون".."و"خبراء": "إفلاس مُرتقب" نزيه الأسفلت لا يتوقف.. مصرع وإصابة 33 في حادث مروع على صحراوي المنيا بعد رفع أسعار الوقود.. وزارة الزراعة ترفع أسعار الأسمدة المدعمة بنحو 80 جنيهًا للطن رئيس الاتحاد العالمي لعلماء المسلمين: يا أمة الإسلام وبا ضمير الإنسانية! إلى متى الصمت؟](#)

□

Submit

Submit

- [الرئيسية](#)
- [الأخبار](#)
 - [اخبار مصر](#)
 - [اخبار عالمية](#)
 - [اخبار عربية](#)
 - [اخبار فلسطين](#)
 - [اخبار المحافظات](#)
 - [منوعات](#)
 - [اقتصاد](#)
- [المقالات](#)
- [تقارير](#)
- [الرياضة](#)
- [تراث](#)
- [حقوق وحريات](#)
- [التكنولوجيا](#)
- [المزيد](#)
 - [دعوة](#)
 - [التنمية البشرية](#)
 - [الأسيرة](#)
 - [مديا](#)

[الرئيسية](#) « [أرشيف](#) » [أخبار خفيفة](#) و [منوعات](#)

عصير التفاح يقلل خطر التعرض لأمراض القلب





الثلاثاء 28 أبريل 2015 12:04 م

توصلت دراسة أمريكية إلى أن شرب عصير التفاح يمكن أن يقلل من خطر التعرض لأمراض القلب.

ووجدت الدراسة التي أجريت على مجموعة من البالغين الذين تناولوا عصير التفاح يوميًا أنه بعد مرور 6 أسابيع انخفضت لديهم نسبة الكوليسترول الضار بنسبة 20 %.

كما تراجعت مخاطر التعرض لأمراض القلب والشريان التاجي؛ نظرًا لاحتوائه على مجموعة من مضادات الأكسدة والألياف القابلة للذوبان.

[اخبار فلسطين](#)

[خطة إسرائيلية لوضع #رفح ضمن "المنطقة العازلة" .. وجنود صهاينة يقتلون كل من يقابلهم حتى الأطفال](#)

الخميس 10 أبريل 2025 10:00 م

[تقارير](#)

[إنفوجراف|| ماذا قال العالم عن الرسوم الجمركية التي فرضها ترامب على العالم؟](#)

الأربعاء 9 أبريل 2025 06:00 م

مقالات متعلقة

يودعها طوقسلا لوبقرة: نودرغمو .. "رتبوة" على عافية يا فكن ينس ١٠ #

١٠ سنين كفاة تفاعل على "تويتر" .. ومغردون: ترقبوا السقوط المدوي

س مشلا عشا ن مك ترايسة عيامحل قديفم ح ناص 8

8 نصائح مفيدة لحماية سيارتك من أشعة الشمس

ريذاحملا وحناصنلا مھأ ..؟علصللا ثودح دى دافتتو رعشلا ط قاسة عنمة فيك

كيف تمنع تساقط الشعر وتتفادى حدوث الصلع؟.. أهم النصائح والمحاذير

ة برورضحنأصن ...ن اضمري فة ضايرلا ةسرامم

ممارسة الرياضة في رمضان... نصائح ضرورية

- [التكنولوجيا](#)
- [دعوة](#)
- [التنمية البشرية](#)
- [الأسرة](#)
- [ميديا](#)
- [الأخبار](#)
- [المقالات](#)
- [تقارير](#)
- [الرياضة](#)
- [تراث](#)
- [حقوق وحريات](#)

□

- 
- 
- 
- 
- 
- 

أدخل بريدك الإلكتروني

إشترك