

## Rohelise tee ekstrakt soosib ajutööd

novaator.err.ee  
Allikas: MedIndia  
8.04.2014

Hiljutine uuring näitas, et roheline tee ekstrakt parandab kognitiivseid võimeid.

Nii näitas Baseli teadlaste poolt juhitud uurimisrühm, et roheline tee ekstrakt suurendab ühenduste loomist ja toimimise tõhusust ajus, parandades nii ajuosade omavahelist toimimist ja seega ka inimese kognitiivse võimekkust. Tõepoolest kinnitas uuring katsealuste töise mälu olulist paranemist pärast roheline tee ekstrakti tarbimist.

Uuringus käsitleti terveid vabatahtlikke mehi, kellele anti enne mäluülesannete täitmist roheline tee ekstraktist valmistatud jooki. Aju aktiivsust uuriti seejärel magnetresonantstomograafiliselt. Uuring näitas aktiivsuse tõusu ajukoore kiiru- ja otsmikusagara vahel ning need neuronaalsed leiud korreleerusid hästi osalejate ülesannete sooritustulemustega.

Seega võib roheline tee suurendada lühiajalist aju sünaptilist plastilisust ja soosida sel moel aju tegevust.

Uuringu tulemused ilmusid ajakirjas *Psychopharmacology*.

### **Loe lisa:**

[Green tea extract boosts brain power](#) (MedIndia)

Toimetas  
Katrín Sak