

Çayın Kuzeyden Jünga (1000 m) tepelerinde  
500'de 1000-2000 metre yükseklikte dün-  
yanın en pahalı ve en güzel kokulu çayı  
yetişir.

# ÇAY KAHVE ve

# ARTERLER

**Ç**ay içmekle damarların sertliği arasında önem-  
li bir bağlantı olması muhtemeldir. Yakın azamanda  
yapılan araştırmalar, çok çay içenlerde damar sertli-  
ğinin az bulunduğunu göstermektedir. Mamafî ya-  
pılan araştırmalar sınırlı sayılabilir ve katli karar  
için daha geniş materiale ihtiyaç vardır.

Çalışma, Kalifornia Üniversitesinin Livermore Lâ-  
boratuvarında ve ondört yıllık bir sürede yapılmış-  
tır.

Araştırmayı anlatmadan evvel şunu hatırlatmak  
isterim : Arteriosklerozun (damar sertliği) Çin'de  
ve yine Asya'nın bazı yerlerinde, Orta Afrika'da ve  
Güney Afrika'da daha az görüldüğü bilinmektedir. \*

Kahve içmekte damar sertliği arasında ise de-  
ğişik bir bağlantıdan şüphe edilmektedir. Kahvenin  
arterioskleroza sebep olması mümkündür. Çok kah-  
ve içenlerde koroner hastalığı nispeti daha yüksek  
gibi görünmektedir.

İşte bu düşüncelere dayanılarak Livermore Lâ-  
boratuvarı, çay içenlerde ve kahve içenlerde damar  
sertliğinin derecesinin tesbiti çalışmalarına girişmiş-  
tir. Gözlemlerde bulunan şahıslar arasında kahve içen-

lerde arterioskleroz, çay içenlere nazaran üç kat fazla bulunmuştur.

Sonuçları mânalandırmada dikkatli olmak ve daha geniş araştırmalara dayanmak ihtiyatlı bir hareket olacaktır.

Bu alanda tavşanlar üzerinde de birçok deneme yapılmıştır. Bu tavşanların gıdasına yüzde üç yemek yağı, yüzde 0,25 kolesterol ilâve edilmiştir. Bu şekilde bol yağ, su veya diğer sıvılarıyla beslenen tavşanlarda damar sertliği, mutad gıdalarıyla birlikte çay içirilen tavşanlara nazaran daha fazla görülmüştür.

Tavşanlarda alınan bu olumlu sonuç diğer araştırmalara da hız vermiştir.

J. D. RATCLIFF  
Reader's DIGES'ten  
Çeviren : Dr. Hikmet BİLİR

\* Çevirenin Notu : Memleketimizde Erzurum ve dolayları yüksek ve çok çay içilen bir bölge olmasına rağmen buralarda koroner hastalığına pek sık nispete rastlanmamaktadır. Bu konuda ciddi istatistik çalışmaları yararlı olabilir.

İnsan uzayda uçarken pek az kimseye nasip olan bir fırsat elinde ediyor : Ufkunu genişletmek arzusu. Gerçekten bu yolculuktan sonra içinde insanları, Tanrı'yı, evreni ve bunların arasındaki ilişkileri daha iyi öğrenmek, anlamak arzusu doğdu.

Apollo 12 Astronatu Alan BEAN