Prolite – Teh hijau, dengan segala kelezatannya dan beragam manfaat kesehatan yang terkandung di dalamnya, telah menjadi minuman favorit di berbagai belahan dunia.

Namun, ketika kita berbicara tentang penderita asam lambung, muncul pertanyaan penting: *“apakah dia masih dapat menjadi pilihan yang bijak ataukah justru harus dihindari?”*

Kandungan Apa Saja yang Ada di dalam Teh Hijau?

Cr. Freepik

Teh hijau secara umum mengandung campuran daun dari tanaman Camellia sinensis yang mengandung zat methylxanthines. Methylxanthines pada dasarnya merupakan jenis stimulan yang termasuk dalam kategori senyawa yang mengandung kafein.

Baca Juga:Primebiz Hotel Cikarang dan Tipsy Runner Hadirkan “Pace & Vibes”, Satukan Semangat Lari, Kesehatan, dan Kreativitas

Zat ini dapat berdampak dengan melemaskan sekelompok otot yang dikenal sebagai sfingter esofagus bagian bawah (LES). Fungsi utama dari otot ini adalah menjaga agar asam lambung tidak naik kembali ke kerongkongan.

Baca Selanjutnya
4 Tips Belajar Sepeda Motor Kopling Manual, Mudah Asal Tahu Caranya!