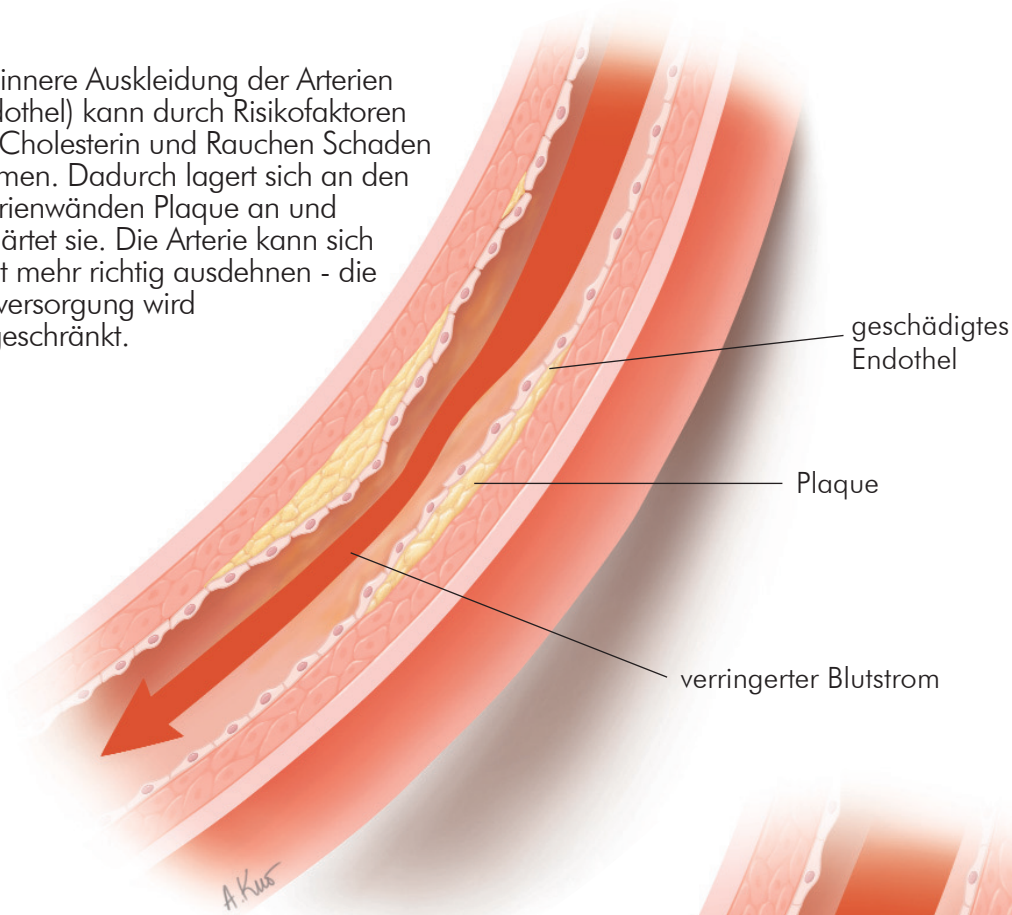


Walnüsse verbessern die Elastizität des Endothel

Die innere Auskleidung der Arterien (Endothel) kann durch Risikofaktoren wie Cholesterin und Rauchen Schaden nehmen. Dadurch lagert sich an den Arterienwänden Plaque an und verhärtet sie. Die Arterie kann sich nicht mehr richtig ausdehnen - die Blutversorgung wird eingeschränkt.



Der Verzehr von Walnüssen kann den Gesamtcholesterinwert reduzieren und so zur Wiederherstellung der Arterienwände beitragen. Die Arterie kann sich wieder ausdehnen, die Blutversorgung verbessert sich.

