



## **بایدها و نبایدهای کافئین**

کافئین یکی از بحث برانگیزترین موادی است که پزشکان همواره در مورد تأثیرات آن روی بیماری‌های خاص دچار اختلاف نظرند...

کافئین یکی از بحث برانگیزترین موادی است که پزشکان همواره در مورد تأثیرات آن روی بیماری‌های خاص دچار اختلاف نظرند. به عنوان مثال گاهی پزشکان آن را برای مقابله با بسیاری از بیماری‌ها توصیه و گاهی به شدت مصرف کافئین را منع می‌کنند. یکی از بیماری‌هایی که همیشه بر سر تأثیر کافئین روی آن اختلاف نظر وجود داشته، سرطان سینه است. هرچند برخی پزشکان معتقدند بین مصرف کافئین و افزایش خطر ابتلا به سرطان سینه ارتباط وجود دارد اما تحقیقات اخیر نشان می‌دهد که کافئین در ایجاد این نوع از سرطان نقشی ندارد. با این حال توصیه می‌شود در صورتی که در خانواده سابقه ابتلا به سرطان سینه وجود دارد در مصرف کافئین زیاده‌روی نشود همشهری آنلاین