



## تأثیر مصرف يك فنجان قهوه روی مردان بیشتر از زنان است

تحقیقات نشان می‌دهد: تأثیر يك فنجان قهوه غلیظ روی مردان بیشتر از زنان است...

تحقیقات نشان می‌دهد: تأثیر يك فنجان قهوه غلیظ روی مردان بیشتر از زنان است. در این تحقیق 668 داوطلب سالم شرکت داشتند. نتایج آزمایشات نشان داد: يك فنجان قهوه ظرف 10 دقیقه پس از مصرف می‌تواند هوشیاری مردان را افزایش دهد. محققان می‌گویند؛ در زنان نیز پس از صرف قهوه این افزایش هوشیاری اتفاق می‌افتد اما شدت آن کمتر است و تأثیر آن خفیف‌تر می‌باشد.

پژوهشگران دانشگاه بارسلونا که این پژوهش را انجام داده‌اند خاطرنشان کردند: این تأثیر متفاوت می‌تواند علت روانشناختی داشته باشد چون آزمایش با قهوه بدون کافئین هم نشان داد که بازهم همین تأثیر متفاوت بین زنان و مردان بروز می‌کند. شرح این پژوهش در نشریه «پیشرفت در نورو- سایکوفارماکولوژی و روانشناسی بیولوژیک» منتشر شده است. به گزارش ایسنا، در این پژوهش از داوطلبان خواسته شد که يك فنجان قهوه کلاسیک حاوی 100 میلی گرم کافئین و یا يك فنجان قهوه کافئین زدایی شده حاوی تنها 5 میلی گرم کافئین مصرف کنند. پس از آن محققان تغییرات در سطح هوشیاری این افراد را در دقیقه‌ها و ساعتهای آتی مورد بررسی و مطالعه قرار دادند. آزمایشات نشان داد: ظرف کمتر از 10 دقیقه هم در زنان و هم مردان افزایش میزان فعالیت مشاهده می‌شود اما این تأثیر ظاهراً در مردان بیشتر است. به گفته محققان؛ 45 دقیقه وقت لازم است که حداکثر کافئین موجود در قهوه وارد جریان خون شود اما نیمی از غلظت قهوه تنها ظرف چند دقیقه پس از مصرف وارد خون می‌شود و تأثیرات خود را اعمال می‌کند.

سلامت نیوز