

تأثیر نوشیدن قهوه بر وزن نوزاد در هنگام تولد



محققان اعلام کردند که نوشیدن چندین فنجان قهوه توسط زنان باردار در روز خطر تولد کودکانی که وزن آنها زیر حد عادی است را افزایش می دهد. به گزارش خبرگزاری مهر، محققان علاوه این که تأثیر قهوه بر وزن نوزاد را نشان داده اند بر تأثیر نوشیدن قهوه زیاد در طولانی تر شدن دوره بارداری نیز تأکید کرده اند.

محققان اعلام کردند که نوشیدن چندین فنجان قهوه توسط زنان باردار در روز خطر تولد کودکانی که وزن آنها زیر حد عادی است را افزایش می دهد. به گزارش خبرگزاری مهر، محققان علاوه این که تأثیر قهوه بر وزن نوزاد را نشان داده اند بر تأثیر نوشیدن قهوه زیاد در طولانی تر شدن دوره بارداری نیز تأکید کرده اند.

مشاهدات روی 60 هزار زن باردار در یک دوره 10 ساله در نروژ جزئیات این تحقیق را مشخص کرده است.

این آمارها دربرگیرنده اطلاعاتی درباره این است که زنان باردار چند وقت به چند وقت غذاها و یا نوشیدنی های دارای کافئین مصرف می کنند.

مقایسه این جزئیات با وزن کودک هنگام تولد ارتباطی میان مصرف کافئین و وزن هنگام تولد را مورد تأکید قرار داد. به طوریکه مصرف 200 تا 300 میلی گرم قهوه، کودک را در زمره نوزادان کوچک قرار داده و بارداری را تا 62 درصد افزایش می دهد.

یک فنجان قهوه فوری دربرگیرنده 100 میلی گرم کافئین است، یک فنجان قهوه فیلتر حدود 140 میلیگرم کافئین دارد. این درحالی است که برخی از نوشیدنی ها که در خیابانها به فروش می رسد در هر فنجان تا 300 میلی گرم کافئین دارند.

در بریتانیا و کشورهای اسکاندیناوی، به زنان باردار توصیه می شود که جذب کافئین خود را تا 200 میلیگرم در روز محدود کنند.

از سوی دیگر گفته می شود که مصرف قهوه به افزایش طول دوره بارداری منتهی می شود. به طوریکه خوردن روزانه یک فنجان قهوه فوری موجب می شود که کودک 8 ساعت دیرتر متولد شود.

دکتر ورینا سنگپیل از دانشگاه ساهلگرینسکا در سوئد اظهار داشت: کافئین ممکن است به رشد جنین صدمه بزند به طوریکه انتقال مغذیهای مهم را از مادر به کودک از طریق جفت کند تر می کند.

براساس نتیجه این تحقیقات که در مجله BMC منتشر شده، قهوه طول دوره بارداری را با دخالت در سیگنالی شیمیایی هنگام تولد طولانی تر می کند.

دکتر اوان پل از انجمن قهوه بریتانیا سازمان استاندارد غذا بریتانیا به دقت تأثیرات کافئین در طول بارداری را بررسی کرده و به زنان باردار توصیه کرده که مصرف متعادلی از قهوه داشته باشند و مصرف این نوشیدنی پر طرفدار را به دو تا سه فنجان در روز محدود کند.

محققان دانشگاه گلاسکو در سال 2011 هشدار دادند که زنان باردار ممکن است با نوشیدن قهوه سلامتی جنین خود را در خطر قرار دهند.

محققان برای انجام این تحقیق قهوه اسپرسو را در 20 کافی شاپ مختلف بررسی کردند تا مشخص شود که میزان کافئین آنها چقدر است و پس از انجام این بررسیها آنها نسبت به نوشیدن قهوه توسط زنان باردار هشدار دادند.