

مرگ زودرس با نوشیدن چهار فنجان قهوه در روز

محققان دریافتند افرادی که بیشتر از 4 فنجان در روز قهوه بنوشند، دچار مرگ زودرس می شوند.



محققان دریافتند افرادی که بیشتر از 4 فنجان در روز قهوه بنوشند، دچار مرگ زودرس می شوند.

به گزارش خبرگزاری مهر، دانشمندان دریافتند افراد زیر 55 سال که بیش از 28 فنجان قهوه در هفته می نوشند، بیشتر در معرض خطر مرگ زودرس بر اثر تمام علتها قرار می گیرند، چرا که این امر تا 50 درصد مرگ را افزایش می دهد.

این درحالی است که محققان در افراد بالای 55 سال که زیاد قهوه می نوشند هیچ تأثیر منفی مشاهده نکردند.

نتایج این تحقیقات در مجله مقالات مایو کلینیک منتشر شده است.

در آمریکا بیش از 60 درصد از بزرگسالان روزانه قهوه می نوشند به طوری که مصرف متوسط قهوه آنها در روز سه فنجان است. اما قهوه مدتها به تعدادی از شرایط سلامتی نسبت داده شده است برای مثال نقش قهوه در رابطه با بیماریهای قلبی عروقی مورد توجه بوده است.

محققان برای انجام این تحقیقات از 45 هزار نفر طی سالهای 1979 تا 1998 تحقیق کردند. طی دوره پیگیری تحقیقات 2512 مرگ صورت گرفته بود که 32 درصد آنها از بیماریهای قلبی و عروقی به وجود آمده بود.

در افرادی که میزان بالاتری از قهوه مصرف کردند، چه زن و چه مرد تمایل به استعمال دخانیات بیشتر و سطح سلامت قلب و ریه آنها پایین تر است.

براساس نتایج این تحقیقات مردان جوان حتی اگر مصرف قهوه آنها کمتر هم بود، باز هم آمار مرگ آنها بیشتر بوده است، اما وقتی که مصرف به 28 فنجان در هفته برسد میزان مرگ و میر بر اثر تمام علتها 56 درصد افزایش می یابد.

زنان جوانتری که 28 فنجان قهوه در هفته مصرف می کردند نیز دارای خطر بالای مرگ و میر بر اثر تمام علتها در مقایسه با افرادی که قهوه نمی نوشند قرار داشتند.

دکتر استیون بلیر از دانشگاه کارولینای جنوبی گفت: نتایج این تحقیق هیچ ارتباطی بین مصرف قهوه و مرگ در زنان و مردان مسن تر نشان نداد.

وی اظهار داشت: قهوه ترکیبی از هزاران ماده سازنده است و منبع آنتی اکسیدانهای مفید است که می تواند با التهاب مبارزه کند، اما از سوی دیگری می تواند محرک آزاد کردن اپی نفرین (آدرنالین) و افزایش فشار خون باشد.