



ترک ناگهانی مصرف قهوه پس از مصرف طولانی مدت باعث ایجاد حساسیت می‌شود.

مصرف طولانی مدت مواد حاوی کافئین و در راس آنها قهوه به صورت ثابت یا روزانه باعث اعتیاد فرد نسبت به آن شده و قطع ناگهانی مصرف این نوشیدنی مشکلاتی مانند حساسیت را ایجاد خواهد کرد...

مصرف طولانی مدت مواد حاوی کافئین و در راس آنها قهوه به صورت ثابت یا روزانه باعث اعتیاد فرد نسبت به آن شده و قطع ناگهانی مصرف این نوشیدنی مشکلاتی مانند حساسیت را ایجاد خواهد کرد.

دکتر سعید پیروزیپناه، دکترای تغذیه و ژنتیک در گفت‌وگو با ایسنا گفت: اگر قطع ناگهانی مصرف قهوه پس از یک دوره مصرف طولانی مدت باشد، حساسیت‌هایی در فرد نسبت به کافئین ایجاد می‌شود که دلیل عمده آن افزایش آدنوزین در بدن است. وی با بیان اینکه به تدریج و با مصرف مجدد قهوه این حساسیت بهبود می‌یابد، افزود: کاهش فشارخون، سردرد، احساس عصبانیت و خستگی از جمله علائم آن است.

پیروز پناه در ادامه شدت و میزان حساسیت در افراد مختلف را متفاوت دانست و تاکید کرد: در سنین نوجوانی احتمال بروز نوع شدید حساسیت‌ها بیشتر است و در مواردی سرگیجه به همراه خواهد داشت.

وی تصریح کرد: مصرف زیاد مواد حاوی کافئین برخلاف تصور عامه که آن را آرام بخش می‌دانند باعث فعال شدن و تحرک بیشتر شده و افزایش کافئین در بدن منجر به افزایش شدت ضربان قلب و افزایش فعالیت ذهنی می‌شود. در موارد شدید حساسیت احتمال خارش پوست، تنگی نفس، تورم صورت و احساس ضعف وجود خواهد داشت.