

Энергетические напитки могут быть вредны для вашего здоровья

Энергетические напитки популярны, особенно среди подростков и молодых людей. Однако последние клинические исследования показывают, что они могут вызывать нарушения в работе сердечно-сосудистой системы.

Энергетические напитки содержат кофеин и другие ингредиенты, такие как гуарана, таурин, женьшень и витамины группы В. Они крайне распространены из-за своей способности повышать концентрацию внимания и физическую работоспособность и снижают утомляемость.

Тем не менее, новое исследование, проведенное в США, показало, что такие напитки могут нарушать сердечный ритм и вызывать повышение артериального давления.

Теперь ученым предстоит выяснить, как на сердечно-сосудистую систему влияет сочетание энергетиков и алкоголя.

Источник – medic.ua