

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Drinki nie pomagają na przeziębienia ani grypę

Napoje zawierające alkohol mogą łagodzić objawy przeziębienia i grypy, ale nie mają żadnego wpływu na przebieg tych zakażeń – twierdzi brytyjski specjalista w wypowiedzi dla ABC News.



Niektóre osoby przyrządzają sobie ciepłe drinki, np. herbatę z cytryną, do której dodają alkohol, żeby lepiej się rozgrzać i zwalczyć przeziębienie. „Tego rodzaju mikstury alkoholowe nie działają jednak na powodujące infekcje wirusy, dlatego są nieskuteczne, choć mogą poprawiać samopoczucie” - przekonuje prof. William Schaffner, specjalista medycyny prewencyjnej z Vanderbilt University Medical Center w Nashville.

Jego zdaniem, na tej samej zasadzie pomaga rosół z kury.

Specjalista przyznaje, że alkohol poprawia krążenie krwi w błonach śluzowych, gdyż rozszerza naczynia krwionośne. Ułatwia to walkę organizmu z zarazkami. Alkohol, podobnie jak kawa i herbata, ma jednak tę wadę, że jest moczopędny i powoduje zbyt duże wydalanie płynów z organizmu. Tymczasem w walce z przeziębieniem i grypą ważne jest dobre nawodnienie organizmu.

Należy wypijać przynajmniej 2 - 2,5 litra płynów dziennie. Prof. Schaffner zaleca najbardziej soki owocowe, można je też rozwadniać. Ważne jest żeby nie były zbyt słodkie. Z opublikowanych niedawno badań japońskich specjalistów wynika, że piwo zawiera substancję pomagającą zwalczyć wirusa RSV powodującego infekcje dróg oddechowych (podobnie jak inne tego rodzaju zakażenia rozpoczyna się katarem, kaszlem oraz umiarkowana gorączką). Trzeba byłoby jednak wypić 30 butelek tego napoju, żeby uzyskać efekt leczniczy.

„Znacznie skuteczniejszą metodą jest zaszczepienie się przeciwko wirusowi grypy” - podkreśla prof. Schaffner.

źródło: www.pap.pl
<http://laboratoria.net/aktualnosci/16035.html>



07-11-2024

[PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#)

PCI Days - kluczowe wydarzenie dla przemysłu farmaceutycznego.



07-11-2024

[Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#)

Trzeba też jednak pamiętać o prostym i tanim badaniu.



07-11-2024

[Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#)

Po 40-tce zaczynamy spać coraz krócej i coraz płycej.



07-11-2024

[Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#)

Efekty prac mogą być przydatne.



07-11-2024

[Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#)

Warto rozmawiać z dziećmi na trudne tematy.



07-11-2024

[Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Wykazało badanie z udziałem prawie 90 tys. osób.



07-11-2024

[Test stania na jednej nodze dobrze określa stan zdrowia](#)

Oraz ryzyko zgonu u osób 50+.



07-11-2024

[Wirtualne zajęcia jogi skutecznym remedium na przewlekły ból pleców](#)

Poinformowano w czasopiśmie „JAMA Network Open”.

Informacje dnia: [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#) [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Partnerzy