

[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](#)

Picie kawy może przedłużyć życie



Picie kawy zmniejsza ryzyko śmiertelnych chorób, m.in. dzięki lepszemu funkcjonowaniu wątroby i systemu odpornościowego - wynika z opublikowanych we wtorek brytyjskich badań przeprowadzonych na ponad 521 tys. osób w dziesięciu krajach europejskich.

Główny autor badania dr Marc Gunter z Międzynarodowej Agencji Badań nad Rakiem (IARC) przekazał, że większe spożycie kawy obniża ryzyko śmierci wywołanej chorobami, w szczególności układu krążenia i układu pokarmowego.

Jak zaznaczył, wyniki były podobne we wszystkich dziesięciu krajach europejskich, pomimo różnych zwyczajów picia kawy i sposobów jej przygotowania.

Profesor Elio Riboli z Imperial College London powiedział, że "wnioski z tego badania dołączają do rosnącej listy dowodów wskazujących, że picie kawy jest nie tylko bezpieczne, ale może mieć także efekt zdrowotny dla wielu ludzi".

Badanie wykazało, że picie co najmniej trzech filiżanek kawy dziennie obniża prawdopodobieństwo śmierci o 18 proc. wśród mężczyzn i 7 proc. wśród kobiet.

Riboli zaznaczył jednak, że "ze względu na ograniczenia badań obserwacyjnych, nie możemy na tym etapie zdecydowanie rekomendować większego lub mniejszego spożycia kawy". "Nasze wyniki wskazują jednak, że umiarkowane picie kawy - do trzech filiżanek dziennie - nie szkodzi zdrowiu i włączenie jej do swojej diety może mieć dobry wpływ na nasze zdrowie" - powiedział.

Badanie było finansowane przez Komisję Europejską i zostało opublikowane w amerykańskim naukowym piśmie medycznym "Annals of Internal Medicine".

W tym samym numerze "AIM" znalazło się także podobne badanie przeprowadzone w Stanach Zjednoczonych, które również potwierdziło związek pomiędzy spożyciem kawy a mniejszym ryzykiem zapadnięcia na poważne choroby.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/27426.html>



14-01-2025

[Targi LABS EPXO 2025](#)

Ruszyła rejestracja na najważniejsze wydarzenie dla branży laboratoryjnej.



14-01-2025

[Nanotechnologia w medycynie](#)

Czyli nanocząstki jako nośniki leków.



14-01-2025

[Uważaj na zimno](#)

Przy takiej pogodzie łatwo o odmrożenia. Sprawdź jak reagować.



14-01-2025

Indeks sytości i gęstość odżywcza

Klucze do zdrowego i smacznego odżywiania



14-01-2025

Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana

Ocenia dr hab. Piotr Długosz autor raportu „Młodzież w epoce kryzysów”.



14-01-2025

Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi

Możliwe będzie w 2026 roku.



14-01-2025

Głęboki sen oczyszcza mózg

Mocny sen w nocy pomaga oczyścić mózg z toksyn.



14-01-2025

[Sok z czarnego bzu ułatwia odchudzanie](#)

Informuje pismo „Nutrients“.

Informacje dnia: [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#) [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#) [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#)

Partnerzy