

[Akceptuję](#)

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](#)

Nadmiar kawy u kierowców ciężarówek

Kierowcy ciężarówek spożywający duże ilości kawy i napojów energetycznych częściej mają kolizje w porównaniu z kierowcami spożywającymi niewielkie ilości kofeiny - wynika z raportu opublikowanego w piśmie „Safety Science”.

Brytyjscy badacze z Loughborough University porównali nawyki związane z konsumpcją kofeiny u blisko 3 tys. kierowców ciężarówek z USA. 1653 z nich spożywało jeden napój zawierający kofeinę dziennie, a 1354 - pięć lub więcej. Z badań wykluczono kierowców pijących 2-4 kawy dziennie oraz tych, którzy nie spożywali kofeiny.

Osoby, które spożywały duże ilości napojów kofeinowych, najczęściej miały także gorszy stan zdrowia, piły więcej alkoholu, paliły papierosy, były mniej aktywne fizycznie i gorzej się odżywiały.

Grupa ta spała mniej, częściej odczuwała senność w ciągu dnia i miała skłonność do ryzykownej i agresywnej jazdy. Z wypełnianych przez kierowców kwestionariuszy wynika, że wysokie spożycie kofeiny miało związek z większą liczbą wypadków.

„Senność za kierownicą ponad dwukrotnie zwiększa ryzyko wypadku. Popularnym rozwiązaniem jest kofeina w formie napoju lub tabletki. Jeśli jednak jest nadużywana przez dłuższy czas, może prowadzić do zaburzeń snu, a co za tym idzie zwiększać zmęczenie i ryzyko wypadku” - komentuje dr Ashleigh Filtress, autorka analizy.

Źródło: pap.pl

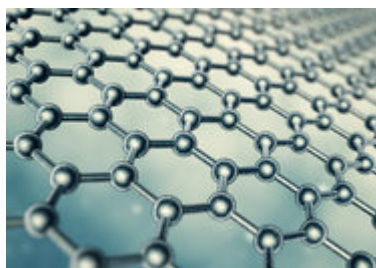
<http://laboratoria.net/aktualnosci/29509.html>



02-07-2024

[Ekran dotykowy bez problematycznego indu](#)

Tańsze i bardziej przyjazne środowisku.



02-07-2024

[Świat atomów i cząsteczek](#)

Jak dzięki różnym metodom obrazowania zobaczyć “całego słonia”



02-07-2024

[Żyjemy w czasach multitożsamości](#)

Ekspert o mediach społecznościowych.



02-07-2024

[Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?](#)

Równość płci może mieć związek ze swobodą wyboru tego, co się je.



02-07-2024

[Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#)

Alarmuje Światowa Organizacja Zdrowia.



02-07-2024

Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu

Informuje "Nature".



02-07-2024

Tancerze są mniej neurotyczni niż ogół populacji

Jednocześnie są bardziej ugodowi i ekstrawertyczni.



02-07-2024

Rząd planuje, aby minister mógł odwołać dyrektora NCBR

Dyrektor Narodowego Centrum Badań i Rozwoju będzie mógł zostać odwołany.

Informacje dnia: [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?](#) [Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach](#)

[multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#)

Partnerzy