

[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 Filtness, autorka analizy.

Źródło: pap.pl

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



23-12-2024

[Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia](#)

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

[Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#)

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgagę



23-12-2024

Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

Informacje dnia: [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Partnerzy