

[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](#)

Kawa może zmniejszać szумы uszne



Regularne spożywanie kawy ma związek z mniejszą podatnością na szumy uszne u kobiet młodych i w średnim wieku - przekonują badacze, których wnioski publikuje "American Journal of Medicine".

Szumy uszne to dość często występująca dolegliwość, która potrafi bardzo uprzykrzyć życie, a nawet wywołać stany lękowe. Osoby dotknięte tym zaburzeniem słyszą dźwięki mimo braku zewnętrznego ich źródła. Objawy te często nie pozwalają pracować lub usnąć i powodują u doświadczających ich osób obawy, że w ich mózgu rozwija się groźna choroba.

Badaniami prowadzonymi przez zespół z Brigham and Women's Hospital w Bostonie objęto ponad 65 tys. kobiet w wieku od 30 do 44 lat, które w momencie rozpoczęcia obserwacji nie miały żadnych objawów szumów usznych. Wszystkie panie brały udział w szerzej zakrojonych badaniach epidemiologicznych pt. "Nurses' Health Study II", które trwają od 1989 roku.

Na przestrzeni kilkunastu lat szumy uszne wystąpiły u 5289 kobiet. Źródłem informacji na temat występowania tego problemu, jego częstotliwości i nasilenia były wypełniane przez uczestniczki kwestionariusze.

Gdy naukowcy porównali spożycie kofeiny (głównie pochodzącej z kawy), okazało się, że u pań spożywających od 450 do 599 mg tej substancji dziennie szumy uszne występowały o 15 proc. rzadziej niż u kobiet spożywających co dzień mniej niż 15 mg kofeiny.

"Przyczyny leżące u podstaw zaobserwowanej przez nas zależności nie są jasne. Wiemy, że kofeina stymuluje ośrodkowy układ nerwowy, a wcześniejsze analizy wykazały, iż oddziałuje ona bezpośrednio na ucho wewnętrzne" - mówi główny autor badań dr Gary Curhan, dodając, że niezbędna jest kontynuacja badań, by móc sformułować jakiegokolwiek rekomendacje dotyczące zwiększenia spożycia kofeiny w celu złagodzenia objawów szumów usznych.

Źródło: www.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/22004.html>



10-01-2025

[Jak bakteria robi przemeblowanie w swojej komórce?](#)

Polski zespół naukowców odkrył istotę maszynerii produkującej białka.



10-01-2025

[Na dezinformację szczególnie narażeni młodzi ludzie](#)

Większość młodych ludzi czerpie informacje z Internetu.



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 zgage



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.

Informacje dnia: [Jak bakteria robi przemeblowanie w swojej komórce? Na dezinformację szczególnie narażeni młodzi ludzie Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#)
[Świąteczna apteczka Jak bakteria robi przemeblowanie w swojej komórce? Na dezinformację szczególnie narażeni młodzi ludzie Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#)
[Świąteczna apteczka Jak bakteria robi przemeblowanie w swojej komórce? Na dezinformację szczególnie narażeni młodzi ludzie Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#)
[Świąteczna apteczka](#)

Partnerzy