

[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 związana z mniejszym ryzykiem niewydolności nerek

Picie co najmniej jednej filiżanki kawy dziennie przyczynia się do zmniejszenia ryzyka ostrej niewydolności nerek - informują naukowcy z Johns Hopkins University School of Medicine.

Ich wnioski ukazały się w piśmie „Kidney International Reports”.

„Kofeina korzystnie wpływa na wiele aspektów naszego zdrowia. Wykazano już, że regularne picie kawy pomaga zapobiegać chorobom przewlekłym, takim jak cukrzyca typu 2, choroby wątroby czy układu sercowo-naczyniowego” - mówi dr Chirag Parikh, autor analizy (DOI: 10.1016/j.ekir.2022.04.091).

Do ostrej niewydolności nerek dochodzi przy wzroście stężenia kreatyniny w ciągu kilku godzin lub kilku dni, przy jednoczesnym zmniejszeniu objętości wydalanego moczu. Powoduje to nagromadzenie zbyt dużej ilości produktów przemiany materii i zaburzenie równowagi w organizmie, które może prowadzić nawet do zgonu.

Badacze przyjrzeni się danym dotyczącym ponad 14 tys. osób, których średnia wieku wynosiła 54 lata. Dane gromadzone były siedmiokrotnie w ciągu 24 lat. Ostłą niewydolność nerek zdiagnozowano u 1694 osób.

Po uwzględnieniu różnych czynników, takich jak styl życia, stan zdrowia, przyjmowane leki czy sposób odżywiania, stwierdzono, że osoby pijące kawę były o 11 - 15 proc. mniej narażone na ostrą niewydolność nerek w porównaniu z osobami, które kawy nie piły wcale. Najmniejsze ryzyko występowało u osób wypijających 2 - 3 kubki kawy dziennie (o 22-23 proc. mniejsze niż w przypadku osób niepijących kawy).

„Podejrzewamy, że kofeina, być może w połączeniu z innymi aktywnymi biologicznie związkami, poprawia perfuzję oraz gospodarkę tlenową w nerkach. Należy jednak przeprowadzić więcej badań, aby zdefiniować mechanizmy, które chronią nerki na poziomie komórkowym” - podsumowuje dr Parikh.

Źródło: pap.pl

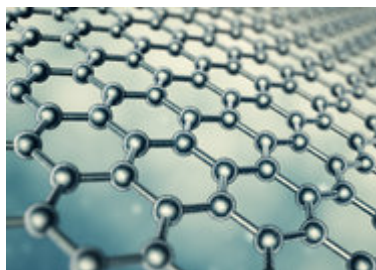
<http://laboratoria.net/aktualnosci/31334.html>



02-07-2024

Ekranu dotykowe 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