

### [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



[Strona główna](#) > [Start](#)

## Na serce - kofeina

Kofeina czysta, podobnie jak jej sole:

- pobudzają korę mózgową i ośrodki podkorowe, ośrodek oddechowy i naczynioruchowy
- rozszerzają naczynia mózgowie, nerkowe i wieńcowe serca
- zwężają naczynia brzuszne
- zwiększają wydolność psychofizyczną - kofeina zwiększa percepcję i analizowanie wrażeń, przyspiesza i usprawnia procesy myślowe. Znosi uczucie znużenia, niechęci i zmęczenia
- przyspieszają przemianę materii, zwiększa wentylację płuc
- wzmagają wydzielanie soku żołądkowego, pobudzają ruchy robaczkowe przewodu pokarmowego, działają moczopędnie
- nasilają działanie leków przeciwgorączkowych i przeciwbólowych
- duże dawki kofeiny zwiększają siłę skurczową mięśnia sercowego, małe dawki kofeiny zwalniają czynność serca. W dawkach leczniczych pobudza układ bodźcowo-przewodzący serca

Dawniej w medycynie kofeina była szeroko stosowana w przebiegu przewlekłych chorób serca

(łącznie z ziołami glikozydowymi), w ostrej niewydolności krążenia, przy gorączce, zapaleniu płuc, w zapaściach, po zatruciach np.: czadem, alkoholem; w stanach depresji psychicznej, przy konieczności intensywnej pracy umysłowej, w zmęczeniu psychofizycznych po przebyciu choroby zakaźnej

Z najnowszych badań opublikowanych na łamach "The American Journal of Nutrition" wynika, iż częste picie napojów zawierających kofeinę chroni starszych ludzi przed śmiercią z powodu chorób serca. Grupa badaczy z SUNY Downstate Medical Center i Brooklyn College przeanalizowała dane tysięcy pacjentów powyżej 65 roku życia, objętych programami ochrony zdrowia w USA. Okazało się, że u badanych osób, spożywających dużą ilość napojów kofeinowych, występowało znacznie niższe ryzyko rozwoju choroby wieńcowej i spowodowanej nią śmierci, niż u osób stroniących od kawy. Odkryto również, że ochronne działanie kofeiny ściśle zależy od dawek - im większe spożycie produktów ją zawierających, tym lepsza ochrona serca. Jednocześnie zauważono, że omawiany efekt wywiera kofeina wyłącznie na tych pacjentów, którzy nie cierpieli wcześniej z powodu ostrej choroby nadciśnieniowej i mieli powyżej 65 lat. Dobroczynny wpływ kofeiny na serce starszych ludzi, wynika prawdopodobnie z faktu, że skutecznie podnosi ona tętnicze ciśnienie krwi

*Autor: MC*

<http://laboratoria.net/home/11039.html>

**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**