

### [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](#) [Szkozenia](#) [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 przeciwwgorączkowych 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 tętniczne ciśnienie krwi

*Autor: MC*

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

**Informacje dnia:** [Chińskie MSZ o decyzji USA ws. źródeł Covid-19: Temperatury są w Polsce o prawie 2 stopnie wyższe niż 70 lat temu](#) [Jedna czwarta ludzkości nie ma dostępu do czystej wody](#) [Joga zapobiega słabości u seniorów](#) [Badacze wpadli na nowy trop na drodze do dłuższego życia](#) [Na Wenus wykryto aktywne wulkany](#) [Chińskie MSZ o decyzji USA ws. źródeł Covid-19: Temperatury są w Polsce o prawie 2 stopnie wyższe niż 70 lat temu](#) [Jedna czwarta ludzkości nie ma dostępu do czystej wody](#) [Joga zapobiega słabości u seniorów](#) [Badacze wpadli na nowy trop na drodze do dłuższego życia](#) [Na Wenus wykryto aktywne wulkany](#)

**Partnerzy**