

### [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](#)

## Picie kawy może przedłużyć życie



**Picie kawy zmniejsza ryzyko śmiertelnych chorób, m.in. dzięki lepszemu funkcjonowaniu wątroby i systemu odpornościowego - wynika z opublikowanych we wtorek brytyjskich badań przeprowadzonych na ponad 521 tys. osób w dziesięciu krajach europejskich.**

Główny autor badania dr Marc Gunter z Międzynarodowej Agencji Badań nad Rakiem (IARC) przekazał, że większe spożycie kawy obniża ryzyko śmierci wywołanej chorobami, w szczególności układu krążenia i układu pokarmowego.

Jak zaznaczył, wyniki były podobne we wszystkich dziesięciu krajach europejskich, pomimo różnych zwyczajów picia kawy i sposobów jej przygotowania.

Profesor Elio Riboli z Imperial College London powiedział, że "wnioski z tego badania dołączają do rosnącej listy dowodów wskazujących, że picie kawy jest nie tylko bezpieczne, ale może mieć także efekt zdrowotny dla wielu ludzi".

Badanie wykazało, że picie co najmniej trzech filiżanek kawy dziennie obniża prawdopodobieństwo śmierci o 18 proc. wśród mężczyzn i 7 proc. wśród kobiet.

Riboli zaznaczył jednak, że "ze względu na ograniczenia badań obserwacyjnych, nie możemy na tym etapie zdecydowanie rekomendować większego lub mniejszego spożycia kawy". "Nasze wyniki wskazują jednak, że umiarkowane picie kawy - do trzech filiżanek dziennie - nie szkodzi zdrowiu i włączenie jej do swojej diety może mieć dobry wpływ na nasze zdrowie" - powiedział.

Badanie było finansowane przez Komisję Europejską i zostało opublikowane w amerykańskim naukowym piśmie medycznym "Annals of Internal Medicine".

W tym samym numerze "AIM" znalazło się także podobne badanie przeprowadzone w Stanach Zjednoczonych, które również potwierdziło związek pomiędzy spożyciem kawy a mniejszym ryzykiem zapadnięcia na poważne choroby.

Źródło: [www.naukawpolsce.pap.pl](http://www.naukawpolsce.pap.pl)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/27426.html>



24-09-2024

## [Migrena to choroba - można ją leczyć](#)

Migrena to poważna choroba neurologiczna.



24-09-2024

## [Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tężec](#)

Szczepionki powinny być dostępne bezpłatnie w placówkach.



24-09-2024

## [I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#)

Będzie współpracowała na rzecz doskonalenia jakości kształcenia.



24-09-2024

## [Będzie kolejna edycja maratonu programistów](#)

Zgłoszenia do 7 października.



24-09-2024

## [Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce](#)

Od 29 września do 25 listopada.



24-09-2024

## [Astma oskrzelowa spowodziową](#)

# konsekwencja

Powiedział PAP prof. Bolesław Samoliński, alergolog.



24-09-2024

## SpaceX planuje wystrzelenie 5 bezzałogowych misji na Marsa

Ma się to odbyć w ciągu dwóch lat.



24-09-2024

## Potrzebne są globalne ustalenia odnośnie mikroplastiku

Okazją do działania może być przygotowywany przez ONZ traktat.

**Informacje dnia:** [Migrena to choroba - można ją leczyć](#) [Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na](#) [tęzec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#) [Będzie kolejna edycja](#) [maratonu programistów](#) [Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce](#) [Astma oskrzelowa](#) [popowodziową konsekwencją](#) [Migrena to choroba - można ją leczyć](#) [Jeżeli zranimy się przy powodzi,](#) [uwaga na tęzec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#) [Będzie kolejna](#) [edycja maratonu programistów](#) [Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce](#) [Astma](#) [oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#) [Migrena to choroba - można ją leczyć](#) [Jeżeli zranimy się](#) [przy powodzi, uwaga na tęzec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#) [Będzie kolejna edycja](#) [maratonu programistów](#) [Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce](#) [Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#)

**Partnerzy**