

[Akceptuję](#)

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>



09-09-2024

Jak poradzić sobie z końcem wakacji?

Dobrym sposobem jest opracowanie planu na „po urlopie”.



09-09-2024

Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne

Wytyczne dotyczące mpox są adekwatne do obecnej sytuacji.



09-09-2024

[Przydatność organów do przeszczepu](#)

Syntetyczna krew może istotnie wpłynąć na transplantologię.



09-09-2024

[Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#)

Język ewoluuje w kontekście społecznym, a jego odmiany zawsze konkurują ze sobą.



09-09-2024

[Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#)

Wykazują naukowcy w najnowszych badaniach.



09-09-2024

[Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#)

Z 30-letnim wyprzedzeniem zwykłym testem krwi można je wykryć.



09-09-2024

[Galaktyki są dużo większe, niż sądzono](#)

Galaktyka Andromedy już od dawna oddziałuje na Drogę Mleczną.



09-09-2024

[System inteligentnego zarządzania pojazdami nagrodzony przez...](#)

Nagrodzony przez Siemens i PW.

Informacje dnia: [Jak poradzić sobie z końcem wakacji?](#) [Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i](#)

[adekwatne Przydatność organów do przeszczepu Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#)

Partnerzy