

[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>



23-12-2024

Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgagę



23-12-2024

Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

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