

## أكثر من 4 أكواب قهوة يومياً خطر على القلب



كشفت دراسة جديدة عن العدد المحدد لأكواب القهوة التي يتم تناولها بمعدل يومي، التي قد تزيد من مخاطر الإصابة بأمراض القلب القاتلة. ويعتقد فريق الدراسة من كلية «زيدوس» الطبية ومستشفى في الهند، أن تأثير الكافيين في زيادة معدل ضربات القلب وضغط الدم، يسبب تآكل الأوعية الدموية والقلب، وإضعافها وتلفها، وخلصوا إلى أن هذا يمكن أن يؤدي في النهاية إلى إصابة الفرد بنوبة قلبية، أو سكتة دماغية أو قصور في القلب، وفقاً لموقع «هيلث داي». وتوصلت الدراسة إلى أن شرب أكثر من 4 أكواب من القهوة يومياً بانتظام (أكثر من 400 ملليغرام) من القهوة يومياً يرتبط بارتفاع معدل ضربات القلب وضغط الدم ببطء بمرور الوقت.

كما توصلت الدراسة إلى أن الأشخاص الأكثر عرضة لاستخدام الكافيين بشكل مفرط بهذه الطريقة، هم النساء اللاتي يعشن في المناطق الحضرية، ويعملن في بيئة الأعمال. وتم تقديم هذه النتائج إلى مؤتمر الكلية الأمريكية لأمراض القلب في آسيا لعام 2024.

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024.