

ЭНЕРГЕТИКАЛЫҚ СУСЫНДАРДЫҢ ҚҰРАМЫНА КІРЕТІН ЗАТТАР ЖҮЙКЕ ЖҮЙЕСІНІҢ ҚОЗДЫРҒЫШТАРЫ БОЛЫП ТАБЫЛАДЫ, СОНДЫҚТАН ОЛАРДЫ ШАМАДАН ТЫС ТҰТЫНУ БІРҚАТАР ЖАҒЫМСЫЗ САЛДАРЛАР МЕН АУРУЛАРҒА ӘКЕЛУІ МҮМКІН

- ✓ Бас ауруы, мигрень
- ✓ Мазасыздықтың жоғарылауы
- ✓ Ұйқысыздық, ұйқының бұзылуы
- ✓ Сусынның ингредиенттеріне аллергия
- ✓ Жүрек-қантамыр жүйесінің бұзылуы
- ✓ Қандағы қанттың жоғарылауы
- ✓ Қан қысымының жоғарылауы
- ✓ Құсу, диарея

СУСЫННЫҢ ҚҰРАМЫ



КОФЕИН
әдеттену мен тәуелділікті тудырады
жүрекке жүктемені арттырады
тахикардияның пайда болуын тудырады

ТАУРИН
асқазан-ішек жолына теріс әсер етеді және ойық
жара мен гастриттің өршуіне әкелуі мүмкін

ГЛЮКУРОНОЛАКТОН
бас миының ісіктері және
бауыр циррозын тудыруы мүмкін

КӨМІРСУЛАР
семіздікке және тіс эмальының бұзылуына әкеледі

ҚАРСЫ КӨРСЕТІЛІМДЕР



жүкті әйелдерге



балалар мен жасөспірімдерге



қарт адамдарға



гипертония, жүрек-қантамыр аурулары, глаукома, қант диабеті, ұйқының бұзылуы, қозғыштықтың жоғарылауы және кофеинге сезімталдықпен ауыратын адамдарға

Энергетиктер - бұл 3-4 сағатқа созылатын уақытша күштер мен жүйке жүйесінің қозуын тудыратын сусындар.

Кофеиннің артық дозалануы жүрек айнуы мен құсуды, жүрек соғуының жоғарылауын, аяқ-қол тартылуын, қан қысымының жоғарылауын және кейбір жағдайларда тіпті өлімді тудырады.

Энергетиктерді жиі тұтыну екінші типтегі қант диабетіне әкеледі, тіс денсаулығын нашарлатады, семіздікке, неврологиялық және жүрек-қан тамырлары ауруларына қауіп төндіреді, сонымен қатар бүйрек тастары мен сүйек проблемаларына – остеопорозға әкеледі.

Энергетикалық сусындардың денсаулыққа әсері: