



Szakértők szerint napi egy liter szénsavas üdítő vagy gyümölcsle elfogyasztása akár ötszörösére is növelheti a májzsírosodás kialakulásának esélyét. Szélsőséges esetekben ez esetleges májátültetés kockázatát vonhatja maga után. A szénsavas üdítőitalok rendszeres

fogyasztása már kis napi adagok, akár két kis doboz esetén is veszélyes lehet. A kutatók szénhidrát- és gyümölcstartalmú italokat vizsgáltak és arra jutottak, hogy az erősen cukrozott folyadékok hatása az emberi májra hasonló a krónikus alkoholizmuséhoz. A szakértők kimutatták, hogy a máj nem képes olyan mennyiségű cukrot feldolgozni, mint ami ezekben az italokban megtalálható.

Az eredmények azt mutatják, hogy a rendszeres kis mennyiségű üdítő - legyen az kóla, vagy akár limonádé - fogyasztása a májkárosodás kialakulása mellett növelik a cukorbetegség és a szívinfarktus kockázatát is. Dr. Nimer Assy professzor elmondta, hogy ezen italok hosszútávú fogyasztása májelégtelenséget okoz, melyet sok esetben csak egy új máj beültetésével lehet megszüntetni.

A májkárosodás és egyéb járulékos betegségek fő okozója a gyümölcslevek és egyéb üdítőitalok esetén az egyik fő alkotóanyag, a gyümölcscukor (más néven fruktóz), ami felhalmozódik a májban és nem kerül lebontásra. A májzsírosodás sokszor csak egy a betegségek sorában, ezt gyakran követi májsugorodás és esetenként májrák is.

Forrás: Házipatika.com