



Svéd kutatók kávézásra biztató tanulmányát a kérdés speciális folyóirata, a *Stroke* közölte. Korábban az orvosok általában óvták betegeiket a rendszeres kávéivástól, mondván: a benne lévő koffein emeli a vérnyomást, gyorsítja a szív működését. A frissítő italt ezért sokan bizonyos bűntudattal nyelték le, bár úgy érezték, hogy erre naponta többször is szükségük van.

Susanna Larson, a *Karolinska Intézet* kutatója és munkatársai alapvetően az emlőrák kérdésével foglalkoznak, azt vizsgálva, hogy az életmód, a táplálkozás különböző tényezői milyen módon és mértékben befolyásolják a rosszindulatú daganat kifejlődését. A vizsgálat már tíz évnél is hosszabb ideje folyik és 34 670 nő megfigyelését végzik rendszeres ellenőrzéssel.

Ebből a hatalmas adatbázisból emelték ki a 49-83 éves hölgyek kávézási szokásait és egybevetették a valamennyi svéd gyógyintézet szélütésre vonatkozó adatait gyűjtő, igen megbízható statisztikával. A résztvevőket négy csoportra osztották. Az első csoportot azok jelentették, akik vagy soha nem isznak kávé, vagy csak néha, társaságban teszik ezt. A másik három csoportba kerültek azok, akik naponta mindig fogyasztanak kávé: napi egy-két csészével, illetve három-négy, vagy öt csészénél is többet. Agyi katasztrófa 22-25 százalékkal ritkábban fordult elő azok körében, akik naponta akár csak egyszer, vagy többször, de rendszeresen kávéztak, azokhoz képest, akik soha nem ittak kávé.

A kutatók hangsúlyozzák, hogy ez a hatás akkor is érvényesült, ha figyelembe vették az esetleges dohányzást, testsúlyt, cukorbetegséget, magas vérnyomást vagy alkoholfogyasztást: a kedvező eredmény egyértelműen a kávénak tulajdonítható.

"Előző vizsgálatunkban már kimutattuk ezt a kedvező összefüggést finn férfiakon is, akik dohányoztak" - mondotta a munkacsoport vezetője. "Szerettük volna tudni, hogy ez nőkön is érvényesül-e" - tette hozzá. A kérdőívek adataiból nem derült ki, hogy a válaszoló koffeines, vagy koffeinmentes kávéat ivott, de a svéd nőknek csak tíz százaléka főz koffeinmentes kávéat.

Forrás: MTI