

Патологические последствия употребления энергетических напитков детьми и подростками



ЭКСПЕРТНО-
КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ
СОВЕТ
РОДИТЕЛЬСКОЙ
ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Как работают энергетики

Энергетические напитки, вопреки своему названию, **не дают** организму новую энергию. Компоненты жидкости заставляют организм расходовать внутренние энергетические ресурсы в ускоренном темпе, истощая его.

В результате, человек, употребивший энергетик, чувствует, как проходит ощущение усталости и появляется жажда активности. Эффект длится недолго — от 3 до 5 часов.

Последствия - чувствуется еще больший упадок сил и физическое истощение. Для восстановления после употребления энергетика, организму требуется в два раза больше времени.



Состав энергетиков



- **Кофеин** — вещество, которое направлено на стимуляцию работы головного мозга. Под воздействием кофеина сокращения сердечной мышцы повышаются во много раз
- **Таурин** — вещество, которое является мощным антиоксидантом, направленным на ускорение обмена веществ в организме
- **Женьшень и гуарана** — естественные экстракты, которые очищают печень и способствуют выведению молочной кислоты из клеток
- **Мелатонин** — антиоксидант, который работает как регулятор суточного ритма человека



Состав энергетиков

- **Матеин** — вещество, направленное на снижение веса и притупление чувства голода
- **L-карнитин** — вещество, которое окисляет избыточный жир в клетках
- **Витамины группы В** — призваны стабилизировать нервную систему
- **Фениланин** — вещество, которое значительно улучшает вкусовые качества напитка
- **Глюкоза, фруктоза и сахароза** — углеводы, которые также оказывают стимулирующее действие на мозг



Состав энергетиков

Совокупность веществ содержащихся в энергетиках, оказывает отрицательное влияние на отдельные органы и системы нашего организма, а что самое страшное, происходят необратимые изменения на уровне центральной нервной системы.



Последствия употребления

- желудочно – кишечные заболевания
- когнитивные нарушения, в том числе проблемы с успеваемостью у подростков
- развитие психических заболеваний
- зависимость
- депрессия, апатия, безразличность, агрессивность
- нарушения работы сердца, тромбозы
- хроническая бессонница
- перевозбуждение, нервные тики
- судороги, эпилепсия
- снижения интереса, мотивации
- аллергия
- передозировка (с латентными последствиями для организма),
- смертельный исход



Смертельный исход



Одна из погибших вследствие употребления этого напитка, танцевавшая на дискотеке девушка, выпила две банки энергетика и внезапно умерла от остановки сердца.

Ирландский баскетболист Росс Куни выпил три банки энергетического напитка и через несколько часов умер прямо во время тренировки. Следствие по этому делу продолжается.

Врачи говорят и о возникающих после этого галлюцинациях, что говорит о психотропном воздействии указанных напитков.

