

Ученые утверждают, что кофе оказывает огромное влияние на ваше здоровье – и позитивный, и негативный.

1. Кофе может вызывать повышение давления. ПРАВДА.



Кофеин вызывает повышения давления. Хотя прямой связи между длительным употреблением кофе и гипертонией ученые не установили, но медики советуют склонным к высокому давлению людям пить бескофеиновый кофе.

2. Кофе может повышать уровень холестерина. ПРАВДА.



В кофе содержится вещество под название кафестол, которое отвечает за повышение уровня холестерина. Растворимый кофе содержит минимальную дозу кафестола, а все остальные виды кофе, в том числе, кофе, приготовленный по-турецки, по-гречески, по-скандинавски содержат очень высокий процент кафестола. Поэтому такой кофе повышает уровень холестерина и может привести к сердечному приступу.

3. Кофе помогает преодолеть депрессию. ПРАВДА.



де, кофе также доказали, что ежедневное употребление кофе значительно снижает риск



Статья содержит информацию, которая не является медицинской рекомендацией. Всегда обращайтесь к врачу за консультацией.



Воспользуйтесь всеми преимуществами нашего сайта! Мы предлагаем вам двойные скидки на все товары!



Удобнее всего использовать для измерения уровня сахара в крови глюкометр. Это устройство, которое





Видео: Как правильно пить кофе, чтобы избежать побочных эффектов. Услуга предоставляется исключительно в рамках проекта.



Плюс бы в этот сезон еще и абсорбенте подвояла, кроме потребления в это время ионной
[гипертонией](#), [чаше](#), [между](#), [кофе](#), [людям](#), [связи](#), [здоровье](#), [давления](#), [гипертонией](#)