

A túl sok kóla vesebetegséget okoz

A kávélatételek soha nem tartoztak az egészséges italok közé, most azonban újabb hatóanyagok bebizonyították. Kimutatták, hogy ha valaki naponta több mint 1 liter kávét iszik, annak négyszeres esélye van a krónikus vesebetegségek kialakulására. A kutatók szerint valószínűleg nem a koffein és a cukortartalom a felelős, sőt a szénhidrát sem, mivel más szénhidrátsavas vagy koffeintartalmú italok esetében ilyen összefüggés nem mutatható ki. A gyanúsított a kávéban egyedülállóan jelenlevő foszforsav, ami a savanyúság-csökkentő adja (más italokban erre a célra citromsavat használnak). A magas foszforbevitel a veseműködés romlásán kívül a vesekövek képződését is elősegíti. (Reuters Health 2007. június 4.)