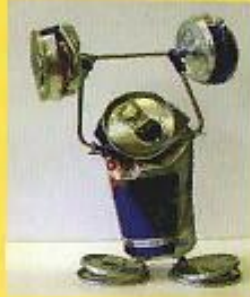


Никакой чудодейственной энергии в энергетических напитках нет – они выжимают из организма все силы, снова и снова стимулируя работу его систем.



После того как действие стимулятора заканчивается, человек добавляет новую дозу, а потом еще и еще... до истощения.

Вред энергетиков: их эффект основан на том, что жидкость вытягивает энергию из резервов собственного организма человека, в результате чего:

- ◇ развивается тахикардия, повышается артериальное давление, показатели сахара в сыворотке крови;
- ◇ повышенная нервозность, раздражительность, возбуждение, сменяемое депрессией, нарушается сон;
- ◇ развивается привыкание;
- ◇ появляется дрожь в конечностях, учащается пульс.

Банка энергетического напитка не дает энергии, **она высасывает ее из тебя.**

Человек использует свои собственные ресурсы – **берет их у себя взаймы.**

Что нужно знать об энергетических напитках?



Что такое энергетический напиток?

Энергетический напиток – это напиток, содержащий небольшое количество алкоголя или вообще его не содержащий. Главным компонентом такого рода продукции является кофеин.

ЧТО ВЫКАЧИВАЕТ ИЗ ТЕБЯ ЭНЕРГЕТИК

При приёме более двух банок энергетика или же при комбинации его с алкогольными напитками организм получает не энергию, а передозировку действующими веществами чудо-напитка:

КОФЕИН

интоксикация кофеином приводит к учащению сердцебиения, повышению артериального давления, тошноте, рвоте, конвульсиям, психозу и, в редких случаях, даже к смерти

ЭКСТРАКТ ГУАРАНЫ

повышенное мочеобразование и мочеиспускание, бессонница, возбуждение, тошнота, волнение, учащенный пульс, судороги, головная боль, тремор, сердечная аритмия, рвота, раздражительность



ЭКСТРАКТ ЖЕНЬШЕНЯ

при передозировке могут наблюдаться головная боль и головокружение, бессонница, тошнота, рвота, повышение температуры тела. При отравлении – нарушение дыхания, потеря сознания

МАТЕ

содержит матеин, который оказывает то же влияние, что и кофе. Соответственно, симптомы передозировки от мате те же, что и от передозировки кофеином

АМИНОКИСЛОТА ТАУРИН

само по себе вещество безвредно. Но в сочетании с другими компонентами энергетиков может проявить сильный желчегонный эффект, что опасно для людей, страдающих заболеваниями печени или желчевыводящих путей, провоцировать усиленное выделение желчи и у здоровых людей, которая раздражает слизистую кишечника

Последствия употребления энергетиков:

Нервозность, раздражительность, учащенное сердцебиение, сердечные заболевания, бессонница, дискомфорт в желудке и язвы, чувство разбитости (сонливость, депрессия, беспокойство), остеопороз.

Как энергетик влияет на ваше здоровье?

В результате систематического потребления энергетических напитков возникает кофейная зависимость. Три банки за час эквивалентно 15 чашкам кофе.



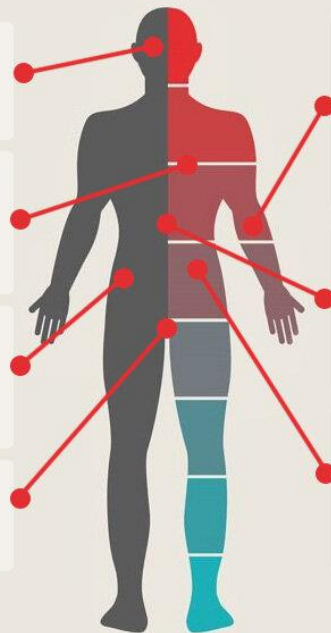
Основными потребителями энергетиков являются работающие и учащиеся мужчины в возрасте от 17 до 24 лет. Чаще всего потребители энергетических напитков — молодежь, спортсмены и автомобилисты. Действие энергетического напитка заключается в том, что он не дает дополнительную энергию, а вынуждает клетки нашего тела отдавать последнее.

Головная боль и мигрень: злоупотребление энергетическими напитками может привести к сильной головной боли.

Усиление сокращения сердца: из-за того, что в энергетиках содержание кофеина в три раза превышает количество этого вещества в кофе, увеличивается нагрузка на сердце.

Ожирение: увеличивается риск приобретения избыточного веса и ожирения. Это все может произойти из-за избыточного количества сахара в данном напитке.

Импотенция: регулярное потребление энергетиков наносит вред сердечно-сосудистой системе. А ведь именно она отвечает за качество эрекции.



Сужение кровеносных сосудов: из-за содержания в напитке большого количества кофеина, вы можете столкнуться с данной проблемой. А это впоследствии может привести к дрожанию рук, непроизвольным колебательным движениям глаз, асимметрим лица.

Рвота: если выпить большую порцию напитка за один раз, то это может привести к отравлению. Среди других последствий - обезвоживание, кислотная эрозия зубов и нарушение работы пищевода.

Заболевание поджелудочной железы: из-за большого количества сахара, содержащегося в энергетиках, клетки, производящие инсулин, начинают изнашиваться, что приводит к диабету II типа.