

UỐNG QUÁ NHIỀU NƯỚC SODA CÓ THỂ GÂY LOẠN NHỊP TIM

Nước soda khi hấp thụ vào cơ thể quá nhiều, sẽ gây ra các vấn đề về tim và các chứng bệnh khác.

>>> Sôđa tăng nguy cơ mắc bệnh về mạch

Tiến sĩ Naima Zarqane, thuộc Trung tâm y học Princess Grace ở Monaco thực hiện nghiên cứu trường hợp một phụ nữ 31 tuổi bị vấn đề về tim, và ngất xỉu sau nhiều năm uống nước soda.

Người phụ nữ này sống ở Monaco, một quốc gia nhỏ ở miền nam nước Pháp. Bà đã được đưa đến bệnh viện trong tình trạng ngất xỉu. Kết quả xét nghiệm cho thấy lượng kali trong cơ thể bà ở mức cực kỳ thấp. Ngoài ra, theo kết quả điện tim đồ, bà đang gặp phải tình trạng nguy hiểm gọi là hội chứng QT, có thể gây ra loạn nhịp tim.

Ảnh minh họa: Shutterstock

Người phụ nữ này không hề có tiền sử bệnh tim mạch, hay vấn đề về hormone. Tuy nhiên theo lời kể của bà với bác sỹ, từ lúc bà được 15 tuổi, bà đã không hề uống nước hay chất lỏng nào khác ngoài soda - một loại nước ngọt có ga. Mỗi ngày bà uống khoảng 2 lít thức uống này.

Sau khi ngừng uống soda chỉ một tuần, lượng kali trong cơ thể và hoạt động điện tim của người phụ nữ này đã bình thường trở lại.

Trường hợp của người phụ nữ trên đã được các nhà khoa học báo cáo trong cuộc hội thảo của Hiệp hội tim mạch Châu Âu, tổ chức ở Athens, Hy Lạp.

Theo các chuyên gia, uống quá nhiều nước ngọt có ga có thể làm tăng lượng nước xâm nhập vào ruột, gây ra chứng đi ngoài, mất kali. Lượng lớn caffeine hấp thụ vào cơ thể cũng có thể làm gia tăng sản sinh chất urine và giảm sự tái hấp thụ kali. Kali là chất đóng vai trò quan trọng trong việc hỗ trợ nhịp tim ở cơ thể người, mức kali quá thấp có thể gây ra rắc rối về nhịp tim.

Sau khi nghiên cứu nhiều trường hợp khác tương tự, giới khoa học phát hiện 6 trường hợp được công bố về tình trạng hấp thụ nước ngọt có ga quá liều, các trường hợp này đều liên quan đến vấn đề về sức khỏe, trong đó có vấn đề tim mạch.

Các chuyên gia cũng cho hay, việc hấp thụ soda quá liều có thể dẫn đến tăng cân, một mối hiểm họa chính của bệnh tim mạch.