

UỐNG QUÁ NHIỀU NƯỚC NGỌT DỄ BỊ HEN SUYỄN

Một nghiên cứu gần đây cho thấy uống quá nhiều nước giải khát có gas sẽ khiến bạn dễ bị hen suyễn hoặc bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính (COPD), theo trang tin Top News.

Một nghiên cứu gần đây cho thấy uống quá nhiều nước giải khát có gas sẽ khiến bạn dễ bị hen suyễn hoặc bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính (COPD), theo trang tin Top News.

>>> Người Mỹ gặp nguy vì nước ngọt có ga

Nhóm nghiên cứu do tiến sĩ Zumin Shi thuộc Đại học Adelaide (Úc) chủ trì đã tiến hành khảo sát 16.907 người ở độ tuổi từ 16 trở lên tại bang Nam Úc trong khoảng thời gian từ tháng 3/2008 đến tháng 6/2010. Những người này được yêu cầu trả lời những câu hỏi liên quan đến việc uống nước giải khát có gas.

Kết quả cho thấy, cứ trong 10 người trưởng thành thì 1 người uống hơn nửa lít nước giải khát có gas mỗi ngày ở Nam Úc.

Uống quá nhiều nước giải khát có gas sẽ làm tăng nguy cơ bị hen suyễn

Qua khảo sát, các chuyên gia phát hiện lượng hấp thụ nước giải khát có liên quan đến sự gia tăng nguy cơ hen suyễn hoặc COPD. Càng uống nhiều, nguy cơ mắc bệnh càng cao.

Tổng cộng, 13,3% người được hỏi bị hen suyễn và 15,6% người bị COPD cho biết họ uống hơn nửa lít nước giải khát có gas mỗi ngày.

"Nghiên cứu của chúng tôi nhấn mạnh tầm quan trọng của việc ăn uống lành mạnh nhằm ngăn ngừa các bệnh mạn tính như hen suyễn và COPD", tiến sĩ Zumin nói.

Kết quả của công trình nghiên cứu kể trên đã được công bố trên chuyên san Respiriology.