

什么是咖啡因？食用过多的咖啡 因有哪些危害呢？上海艺野禁毒设备总厂

产品名称	什么是咖啡因？食用过多的咖啡 因有哪些危害呢？上海艺野禁毒设备总厂
公司名称	上海艺野实业有限公司
价格	60.00/件
规格参数	上海艺野:上海艺野
公司地址	浦东新区万祥镇宏祥北路83弄1-42号20幢B区215 室
联系电话	021-61525557 18306720919

产品详情

咖啡因是从茶叶、咖啡果中提炼出来的一种生物碱，。大剂量长期使用也会对人体造成损害、也有成瘾性，一旦停用就会出现精神萎靡、浑身困乏疲软等各种戒断症状。咖啡因不仅作用于大脑皮层，甚至导致吸食者下一代智能低下、肢体畸形。

食用过多的咖啡因有哪些危害呢？

咖啡因是属于黄嘌呤生物碱化合物，是一种中枢神经兴奋剂，它能够暂时驱走睡意并恢复精力，所以具有一定的提神作用。咖啡以及很多的能量饮料中都含有咖啡因，过量的咖啡因是有害的，因为咖啡因的兴奋作用，所以它很容易导致失眠、睡眠紊乱，喝少了能提神，喝多了就容易出现易怒、焦虑不安等情况，对于儿童它还容易导致肥胖。

咖啡因能够加重高血压的症状，而高血压又是动脉硬化的一些危险因素，它可以使心脑血管基本的发病机会增加。另外，咖啡因特别容易成瘾，如果过量的摄入了咖啡因，会导致精神过度兴奋的表现，比如说可以出现肌肉的震颤，严重的时候还会出现肌肉的抽搐，过量的咖啡因还可以引起消化道溃疡，甚至出现消化道出血，所以我们应该尽量减少咖啡因的摄入量。