

果汁汽水生产厂家 汽水 绿洲海食品厂家

产品名称	果汁汽水生产厂家 汽水 绿洲海食品厂家
公司名称	武汉绿洲海食品有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	武汉市东西湖区慈惠街惠安大道799号
联系电话	13871371319 13871371319

产品详情

坏处一：促进肾z结石？

某日去电视台做节目，和一位来自美国的嘉宾聊天，美国朋友说到他的亲戚有肾z结石问题。医生告知他的亲戚，肾z结石可能与爱吃甜食爱喝甜饮料有关。

某单位的司机告诉我说，因为司机工作的特点，用餐时间不固定，他觉得甜饮料既解饿又解渴，就常年用甜饮料代替水来喝。这位司机也患有肾z结石，但他自己不知是因为什么。

一位年轻男性白领因为肾z结石而痛苦很久，刚做了碎石手术。他告诉我，自己从不喝水，只喝甜饮料。如果不是医生告诉他这与甜饮料有关，他恐怕还会继续这个坏习惯。

在大部分人心目当中，肾z结石既然大部分是草酸钙结石，那么应当和草酸、钙什么的关系比较大，很少会想到它和甜饮料相关。其实，美国是个肾z结石高发大国，和其国民的甜饮料高消费关系不小。

在有关甜饮料和肾z结石关系的流行病学研究当中，有5项都表明甜饮料消费和肾z结石及尿道结石风险有显著性的相关。研究者分析认为，汽水，甜饮料降低了钙和钾的摄入量，增加了蔗糖的摄入量，可能是引起肾z结石风险升高的重要因素。

大量糖分有损牙齿健康

除了含有让人清爽、刺激的二氧化碳汽儿，碳酸饮料的甜香也是吸引人们饮用的重要原因，这种浓浓的甜味儿来自甜味剂，也就是饮料含糖量太多。

饮料中过多的糖分被人体吸收，就会产生大量热量，长期饮用非常容易引起肥胖。最重要的是，它会给肾z脏带来很大的负担，这也是引起糖z尿病的隐患之一。所以本身就患有糖z尿病的人，尽量不要饮用。

另外，很多青少年，尤其是小孩子特别偏爱这种甜味。张嘉芷教授说，这种糖分对孩子们的牙齿发育很不利，特别容易被腐蚀。有调查显示，12岁的孩子，齿质腐蚀的几率会增加59%，而14岁孩子齿质腐蚀的几率会增加220%。

也许有人会因此而选择无糖型的碳酸饮料，但张教授认为，尽管喝碳酸饮料减少了糖分的摄入，但这些饮料的酸性仍然很强，果味汽水生产厂家，同样可能导致齿质腐蚀。

1、运动型饮料不含碳酸气

专家解释说，果汁汽水OEM厂家，碳酸饮料的主要成分为糖、色素和香料等，在液体饮料中添加了二氧化碳，除了糖分能给予热量外，没有其他营养元素，并且，除了会改变人体内钙、磷比例外，会加剧体液酸化、乳酸堆积，使人更容易感到疲劳。剧烈运动时，再过量饮用碳酸饮料，造成钙流失，果汁汽水生产厂家，会造成骨折的风险增加。在做一些持续性的运动（如跑步）时，可乐里含有的碳酸气还会影响呼吸频率。

2、运动型饮料更便于人体快速吸收

专家解释说，一般市场上卖的普通的运动型饮料都是高渗透压的，而运动员使用的真正的运动型饮料，都是等渗透压或低渗透压的，它与人体的渗透压相似，便于人体能快速吸收饮料中的糖分和水分，不会造成水在胃中停留，造成胃部负担。

3、运动型饮料中一般添加糖分及少量钠盐

专家说，运动会造成血糖含量减少和糖源损失，这会导致继续运动中能量不足，肌肉和精神疲劳，运动能力下降。运动过程中及时补充外源性糖有利于血液中血糖浓度的保持，从而有助于提高运动水平。

另外，大量的运动中，人们主要靠出汗来调节体温，虽然人体体重中水分占65%，但其中只有6.8%的自由水，如果这6.8%的自由水都被出汗蒸发排出体外了，就有脱水危险。喝运动型饮料的最迫切、主要目的是为了补水，其次是补充适当的糖和电解质，来促进水分快速被人体吸收和转入血液循环。补充电解质是为了防止喝了过多的水却没有替换通过汗流失的盐，而发生低钠血症。

运动型饮料往往口味更好，无形中增大了运动员的摄取量，运动饮料里的碳水化合物和钠会加快人体对水分的吸收。不仅如此，钠还能让人在锻炼时喝下更多的水，并可以帮助人体保持摄入的水分。

果汁汽水生产厂家-汽水- 绿洲海食品厂家(查看)由武汉绿洲海食品有限公司提供。武汉绿洲海食品有限公司(www.lvzhouhai.com)是从事“配制酒(鸡尾酒),植物蛋白饮料,碳酸饮料生产及销售。”的企业,公司秉承“诚信经营,用心服务”的理念,为您提供优质的产品和服务。欢迎来电咨询!联系人:李经理。