

# Кофеин

## Полезьа и вред

В медицине кофеин (и кофеин-бензоат натрия) применяют при заболеваниях, сопровождающихся угнетением функций ЦНС и сердечно-сосудистой системы, при отравлениях ядами, угнетающими ЦНС, при спазмах сосудов головного мозга (при мигрени и др.), для повышения психической, физической и умственной работоспособности, для устранения сонливости.

В соответствующих дозах он усиливает положительные условные рефлексь, такие как: память, концентрация внимания, скорость реакции, повышает двигательную активность.



Большие дозы кофеина могут привести к истощению нервных клеток. При длительном применении может вызывать слабую зависимость — кофеинизм. Кофеинизм, или кофеинофагия, — форма токсикомании, синдром психической и физической зависимости от кофеина.

Абстинентный синдром проявляется как нервозность, раздражительность, беспокойство, дрожь, подёргивание мышц, бессонница, головные боли, респираторный алкалоз, учащённое сердцебиение. Кофеинизм с течением времени может привести к язвенной болезни, эрозивному эзофагиту, гастроэзофагеальной рефлюксной болезни.



Кофеин - алкалоид пуринового ряда, является психоактивным веществом, содержится в кофе, чае, мяте, бобах какао, входит в состав энергетиков и многих прохладительных напитков.



Под воздействием кофеина происходит стимуляция ЦНС, ускоряется сердечная деятельность, поднимается кровяное давление, расширяются кровеносные сосуды и повышается пульс, усиливается

мочеотделение, снижается агрегацию тромбоцитов, примерно на 40 минут улучшается настроение, за счёт высвобождения дофамина, но через 3—6 часов действие кофеина появляется усталость, вялость, снижение трудоспособности.