

## الافراط في الكولا يصيب العضلات والقلب ..



السبت 23 مايو 2009 12:05 م

**23/05/2009**

قالت تقارير طبية أن الاشخاص الذين يشربون عدة لترات من الكولا في اليوم يواجهون مشاكل خطيرة في العضلات و القلب الى جانب أن الافراط فى المياه الغازية بدوره يخفض البوتاسيوم فى الدم بسبب ادرار البول على حسب تحذيرات الاطباء[]  
واوضحت دراسة اوردها المجلة الطبية "انترناشونال جورنال اوف كلينيكال براكسيس" ان التغيير في مستوى البوتاسيوم يمكن ان يؤثر بعمق على عمل شرايين القلب حيث يزيد المستوى المتدني جدا للبوتاسيوم في الدم بسبب تناول الكولا, من مخاطر الاصابة بمضاعفات قد تكون قاتلة مثل اضطراب في ضربات القلب .  
وقد يؤدي التراجع الكبير في نسبة البوتاسيوم الى وهن في العضلات وتشنجات عضلية وخفقان سريع للقلب وغثيان[]  
وشملت الدراسة اشخاصا يشربون لترين الى تسعة لترات من المشروبات الغازية في اليوم بينهم امرأتان حاملان ادخلتا المستشفى حيث ان احداها وهي تشرب ثلاثة لترات من الكولا في اليوم تعاني من التعب وفقدان الشهية والتقيؤ في حين ان الثانية وكانت تشرب سبعة لترات من الكولا يوميا في الاشهر العشرة التي سبقت دخولها الى المستشفى, فكانت تعاني من وهن في العضلات[]  
وقد استعادت السيدتان عافيتهما كليا بعدما توقفتا عن شرب الكولا واعطيتا جرعات من البوتاسيوم اما عبر الفم او عبر الحقن على ما اوضحت الدراسة التي ستنشر في عدد حزيران/يونيو من المجلة[]

وانهيار معدل البوتاسيوم في الدم قد يكون عائدا الى استهلاك مفرط لثلاثة مكونات هي الاكثر شيوعا في هذا النوع من المشروبات الغازية وهو الجلوكوز والفروكتوز والكافيين على ما شددت الدراسة[]  
وقالت المجلة ان الكولا يجب ان يضاف الى "لائحة" الادوية والعقاقير التي يمكن ان تتسبب بانخفاض مستوى البوتاسيوم في الدم[]

المصدر : وكالات