

О ВРЕДЕ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ НАПИТКОВ.

Несколько десятилетий назад на полках супермаркетов появились напитки с яркими этикетками и приятным вкусом, производители которых обещали покупателям значительное увеличение энергетического потенциала и работоспособности, прилив сил и повышение настроения. Многие люди стали жертвой рекламы, пристрастились к употреблению энергетиков, не задумываясь о том, какой вред такие напитки наносят организму.

Первые энергетические напитки появились еще в XII веке в Германии, но новинку не оценили покупатели. Уже в XX веке энергетики для повышения выносливости игроков в регби попытался создать английский ученый Смит КляйнБичмон. Его усилия не увенчались успехом, регбисты получили сильное отравление и надолго выбыли из соревнований. В середине прошлого века идеи Бичмона использовали японские ученые. Они доработали состав напитка и создали энергетики, которые по своему составу очень схожи с современными.

ЭНЕРГЕТИКИ: РИСКИ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

В совокупности вещества, которые входят в состав энергетических напитков, отрицательно влияют на здоровье, а при постоянном употреблении могут вызвать необратимые последствия. Энергетические напитки не дают новых сил, а высвобождают запасы жизненной энергии человека. То есть человек постоянно тратит накопленную энергию и не может восстановить ее. В результате образуется серьезный дефицит витаминов и минералов.

ЛЮДИ, КОТОРЫЕ ПОСТОЯННО УПОТРЕБЛЯЮТ ЭНЕРГЕТИКИ, МОГУТ СТРАДАТЬ ОТ:

- резких приступов гастрита;
- аритмии и тахикардии;
- нарушений работы сердца и сосудов;
- обострения язвенной болезни;
- расстройства пищеварения;
- частого мочеиспускания;
- визуальных и слуховых галлюцинаций;
- бессонницы.

Гигантские дозы глюкозы в энергетиках способны вызвать отказ почек и спровоцировать развитие сахарного диабета и других заболеваний эндокринной системы. У любителей разрекламированных напитков возрастает риск появления тромбов, развития тяжелых психических расстройств и эпилепсии. Такие люди не могут спокойно спать, просыпаются

от малейшего шума, страдают от головных болей, переутомления, поскольку кофеин, который содержится в энергетиках, истощает нервную систему.

Какой вывод можно сделать из данной информации? Совершенно очевидно, что энергетические напитки не принесут организму никакой пользы, скорее вы получите вред от их употребления.

При этом легко понять, что никакой чудодейственной энергии в таких напитках нет, и они выжимают из организма все силы, снова и снова стимулируя работу его систем. После того, как действие стимулятора заканчивается, человек добавляет новую дозу, а потом ещё.

**ПОМНИТЕ, ЧТО ПОСТОЯННОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ ЭНЕРГЕТИКОВ
ОЧЕНЬ БЫСТРО ПЕРЕРАСТАЕТ В ЗАВИСИМОСТЬ**

МЫ ПРОТИВ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК!

Будьте ответственны к собственной судьбе и равнодушны к людям, которые вас окружают.

ПОМНИТЕ! Пагубные привычки - это невосполнимый вред вашему здоровью, вашей личности Ребята, ваше счастье и благополучие - в ваших руках!