

อัมพาตเพราะน้ำอัดลม

นำเสนอเมื่อ : 2 ต.ค. 2552

ดร.โมเสส เอลิซาฟ อายุรแพทย์ หัวหน้าทีมวิจัยจากมหาวิทยาลัยไอโออันนินา เผยว่า การดื่มน้ำอัดลมมากๆ (โดยเฉพาะ น้ำสีน้ำตาล) กำลังจะเป็นปัญหาใหญ่ เพราะนอกจากทำลายฟัน ทำให้ กระดูกผุ ส่งผลถึงระบบเมตาโบลิซึม และเป็นสาเหตุของเบาหวานแล้วยังก่อให้เกิดภาวะไฮโปคาเลเมียหรือโพแทสเซียมในเลือดต่ำ ทำให้ กล้ามเนื้ออ่อนเพลีย ไม่มีแรง จนอาจถึงขั้นอัมพฤกษ์ อัมพาตอีกด้วย

จากการเก็บข้อมูลในผู้ป่วยที่ดื่ม น้ำอัดลมวันละ 2 - 9 ลิตรต่อวันต่อเนื่อง เป็นประจำ พบว่า คนไข้มาพบหมอด้วย อาการเหนื่อยล้า กล้ามเนื้อไม่มีแรง ไม่อยากอาหาร คลายจะอาเจียน

ตลอดเวลา ผลการตรวจเลือดพบ โพแทสเซียมในเลือดต่ำและมีภาวะหลอดเลือดหัวใจอุดตันร่วมด้วย แต่หลังจากให้หยุดดื่มน้ำอัดลมและหันมารับประทานอาหารที่อุดมไปด้วยโพ

แทสเซียมแล้ว พบว่า อาการป่วยดังกล่าวหายไป

ประเมินการกันว่า ในแต่ละปีคนทั้งโลกดื่มน้ำอัดลมราว 500 ล้านลิตร หรือประมาณ 80 ลิตรต่อ คน และมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นทุกปี โดยเฉพาะชาว อเมริกันที่ดื่มกันมากถึงคนละ 200 ลิตรต่อปี

รู้อย่างนี้แล้วลดปริมาณการดื่มลงบ้างเพื่อ สุขภาพที่ดีกว่า