

# Энергетические напитки. Нераскрытые тайны.

Витамины "В" вызывают учащенное сердцебиение, дрожь в руках ногах.

Таурин в энергетических напитках превышает суточную норму в сотни раз. С такой дозой организм справиться не в состоянии.

ВИТАМИНЫ ГРУППЫ В

КОФЕИН

ТАУРИН

Женьшень и гуарана

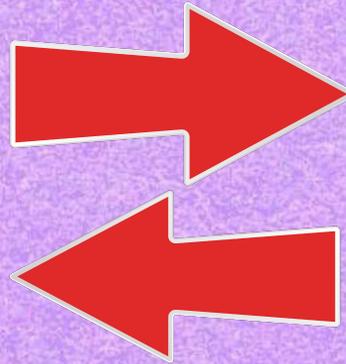
Глюкоза и сахароза

Женьшень и гуарана вызывают бессонницу, сердцебиение, отеки, головную боль, головокружение.

Из-за кофеина наступают усталость, бессонница. Он увеличивает частоту пульса и артериальное давление.

Глюкоза и сахароза вызывают зависимость вымывают кальций из организма.





Негативные последствия:

- Аритмия (нарушение ритма сердца)
- Сильный скачок давления
- Тахикардия
- Приступ эпилепсии
- Ухудшение работы печени, почек, поджелудочной железы
- Удушье
- Инсульт

## Влияние на организм подростка:



Формирующаяся психика и нервная система могут больше всего пострадать



Кофеин вымывает кальций из организма, что приводит к тому, что кости становятся более

хрупки