

الإفراط في مشروبات الطاقة يصيب بالسكتة الدماغية



الأحد 14 ديسمبر 2025 م 04:00

تحظى مشروبات الطاقة بشعبية كبيرة خصوصاً بين الشباب، إلا أن الإفراط في تناولها قد يكون له عواقب وخيمة. وكانت رجلة بريطانية تموت بعد تناوله ثمانية مشروبات طاقة يومياً، فيما يقول الأطباء المعالجون إن مشروبات الطاقة قد تسبب السكتة الدماغية.

يتلف في أعصاب اليد والقدم اليسرى

وقال أطباء في مستشفيات جامعة نوتنجهام ببريطانيا، إن المريض الذي لم يكشف عن اسمه، والذي يبلغ من العمر 50 عاماً، أصيب بتلف دائم في الأعصاب في يده وقدمه اليسرى.

ويحظر في بريطانيا على من هم دون سن السادسة عشرة شراء المشروبات ذات نسبة الكافيين العالية جداً، ويقول الخبراء إن هناك حاجة إلى تنظيم أكثر صرامة.

وحذروا من أن بعض المشروبات تحتوي على أكثر من خمسة أضعاف كمية الكافيين الموجودة في القهوة. وقالت الدكتورة مارثا كويل: "كما توضح حالتنا، من المعتدل أن يؤدي تناول مشروبات الطاقة إلى زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية والسكتة الدماغية".

وأضافت في مقال نشر في مجلة "بي إم جي كيس ريبورت"، أن الرجل وصل إلى المستشفى مصاباً بسكتة دماغية على الرغم من مظهره اللائق والصحي.

ضغط الدم ضعف المستوى الطبيعي

وأظهرت الفحوصات أن ضغط دمه كان مرتفعاً للغاية، حيث بلغت قراءته 254/150. وكان ذلك أكثر من ضعف الحد الأعلى للنطاق الطبيعي، المحدد عند 120/80، وأعلى بكثير من عتبة ارتفاع ضغط الدم البالغة 140/90.

ونجح الأطباء في خفض ضغط دمه ومن ثم عاد إلى المنزل، لكنه ارتفع بشكل حاد مرة أخرى. وكشف الرجل أنه كان يشرب ثمانية مشروبات طاقة يومياً، ويتناول ما يصل إلى 1300 ملجم من الكافيين، مقارنة بالحد الأقصى اليومي المعوصى به وهو 400 ملجم.

وقال: "من الواضح أنني لم أكن على دراية بالمخاطر التي تسببها مشروبات الطاقة لنفسي. ما زلت أعاني من خدر في يدي اليسرى وأصابعه وقدمي وأصابع قدمي حتى بعد ثمانية سنوات".

مشروبات الطاقة خطر على القلب

وقالت الدكتورة كويل، إن معظم الناس لا يعتقدون أن مشروبات الطاقة تشكل خطراً على القلب، وينبغي بذل المزيد من الجهد لزيادة الوعي، وفق ما نقلت صحيفة "ذا صن".

وأضافت: "شهد عام 2018 قيام كبرى محلات السوبر ماركت في المملكة المتحدة بتطبيق حظر طوعي على المبيعات لمن هم دون سن 16 عاماً في حملة لمعالجة السمنة ومرض السكري وتسوس الأسنان".

وأستدركت: "أما المخاطر المحدّلة المترافقّة بالإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، بما في ذلك السكتات الدماغية، والتي لم يتم استكشافها بشكل كافٍ، لا سيما في الفئات العمرية الأصغر التي من المتوقع أن تكون أقل عرضة لخطر الإصابة بالسكتة الدماغية".