

**Употребляя
энергетические напитки,
мы обманываем
собственный организм!**

Энергетики обладают психостимулирующим действием. Однако это искусственная бодрость! И хорошо, если Вы молоды, сильны и здоровы, в противном же случае в организме могут развиться непоправимые нарушения, ведь его возможности не безграничны. Во многих странах продажа тонизирующих напитков в розничных торговых сетях запрещена.

В состав энергетиков входят только разрешенные вещества, которые не требуют мер государственного контроля.

**Но так ли
безобидны эти
вещества, а тем
более — их
сочетание?**

ПОМНИТЕ!

- ✓ Жизнь прекрасна и разнообразна, она предоставляет множество возможностей
- ✓ Не лишайте себя радости жизни, не поддавайтесь искушению сомнительного удовольствия!



Материал разработан ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ»

АМИ российское агентство
медицинско-социальной
информации
РИА АМИ для Министерства
здравоохранения Российской Федерации



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ НАПИТКИ — история ещё одного обмана





ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ НАПИТКИ **ОПАСНЫ** ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ПОДРОСТКОВ!!!

70% проданных энергетиков приходится на долю молодых людей в возрасте от 17 до 24 лет

КРАСИТЕЛЬ (E129)

Канцероген. Запрещен в 9 европейских странах.
Способен вызвать рак.

ТАУРИН

Оказывает влияние на сердце - способствует появлению аритмии.

БЕНЗОАТ НАТРИЯ (E221)

Провоцирует поражение печени и нервной системы

КОФЕИН

Вызывает привыкание. Повышает нагрузку на сердце, провоцирует возникновение тахикардии.



ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ НАПИТКОВ:

- ▶ Истощение нервной системы, энергетических ресурсов организма
- ▶ Увеличение риска сердечного приступа или инсульта
- ▶ Повышение концентрации сахара в крови. Риск развития сахарного диабета
- ▶ Увеличение массы тела
- ▶ Влияние на ЖКТ, обострение язвы и гастрита
- ▶ Вымывание кальция из организма
- ▶ Зависимость

