

# Kaffee trinken

Kaffee soll vor schlechter Laune und Muskelkater schützen. Neueste Forschungsergebnisse einer amerikanischen Langzeitstudie belegen, daß Kaffeekonsum auch gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen einen Schutz bietet, wie das Gesundheitsmagazin Healthy Living berichtet. Die Auswertung einer Bostoner Studie mit 130000 Teilnehmern widerlegt damit die jahrelang gültige These, daß Kaffeegenuß riskant fürs Herz sei. Selbst bei erhöhtem Konsum von sechs oder mehr Tassen pro Tag bestehe keine Gefahr. Einen möglichen Grund sehen die Wissenschaftler darin, daß Kaffee die Dehnbarkeit der Arterien verbessert. Allerdings sollte das beliebte Heißgetränk gefiltert getrunken werden. (ots/jW)

<https://www.jungewelt.de/artikel/112648.kaffee-trinken.html>