

ОСТАННІ НОВИНИ

- 14:20 У росії в справі про вбивство затримали бізнесмена та хранителя таємниць путіна, — ЗМІ
- 14:18 «Динамо» дізналося потенційного суперника у 2-му відбірному раунді Ліги Європи
- 14:15 Терезам доведеться захищати свої межі, Скорпіонам — переглянути фінансові рішення: гороскоп на кінець тижня
- 14:12 Адвокат Януковича опинився в епіцентрі скандалу навколо оборонної сфери: що про це пишуть ЗМІ
- 13:40 67% українців очікують заміни Зеленського після війни — гучні дані опитування
- 13:24 Шахраї стали діяти точніше: які схеми будуть найбільш небезпечними для клієнтів банків у другому півріччі

Вчені назвали напій, який захищає мозок від старіння: його п'ють мільйони

14:04 — 17 червня 2026



Олена КУРАШИНА, «ФАКТИ»

Кава — один із найпопулярніших напоїв у світі. Регулярне вживання кави може позитивно впливати на здоров'я мозку та печінки, а також допомагати запобігати розвитку деяких серйозних захворювань. Такого висновку дійшли американські дослідники після чотирирічного наукового дослідження.

За словами вчених, кава здатна блокувати рецептор A2A, який пов'язується із погіршенням пам'яті та мислення, підвищенням виробленням гормонів стресу і прискоренням старінням організму. Завдяки цьому популярний ранковий напій може сприяти збереженню когнітивних функцій і підтримувати здоров'я нервової системи.

Експерименти проводилися на лабораторних мишах. Результати показали, що кава пригнічує активність рецептора A2A, який бере участь у процесах старіння мозку та негативно впливає на розумові здібності.

Дослідники також відзначили сприятливий вплив кави на печінку. За умови регулярного споживання близько трьох чашок на день знижується ризик розвитку раку печінки. Крім того, напій покращує кровообіг і сприяє нормальній роботі травної системи. Найбільшу користь, на думку фахівців, кава приносить без додавання цукру та молока.

Водночас надмірне вживання солодких кавових напоїв може мати протилежний ефект, підвищуючи ризик ожиріння та розвитку цукрового діабету.

Раніше «ФАКТИ» повідомляли, що **кава може бути небезпечною. Вчені пояснили, яких помилок слід уникати.**

Читайте нас у [Facebook](#)

42

До змісту розділу

Побачили помилку? Виділіть її та натисніть CTRL+Enter

Друкowana версія | Лист редакторів | Поскаржитися

Поділитися 0 | Поділитися | Твітнути

ЗАРАЗ ЧИТАЮТЬ

<p>Тельцям — «Срофант» та досвід, Стрільцям — «Вісімка Жезлів» та прискорення, Водолям — «Суд» та пробудження: Таро-прогноз на 17 червня</p>	<p>Газ для українців різко подорожає: тарифи зростуть вже цієї осені</p>	<p>Зелень не зів'яне навіть через тиждень: лайфхак від шеф-кухаря</p>	<p>Терезам доведеться захищати свої межі, Скорпіонам — переглянути фінансові рішення: гороскоп на кінець тижня</p>
--	--	---	--

ПОПУЛЯРНЕ

- 1 Українські пенсіонери не чекатимуть на свої пенсії 40 років: суд поставив крапку у справі про скандальну постанову уряду
11 червня 2026 12:54
- 2 Археологічна сенсація: унікальні шапка та пояс скіфської доби, яким більше 2500 років, знайдені на Більському городищі
14 червня 2026 12:24
- 3 «Вона мучить мене вже багато років»: таємниця загибелі Діна Ріда, який кинув виклик США і СРСР, не розкриті і через 40 років
12 червня 2026 12:25
- 4 «Я стріляв по машині з літерою „Z“, але вигадав, що там були цивільні, аби тільки припинили мене катувати»: колишній полонений «казовець» написав книгу «Окраєць»
13 червня 2026 11:25
- 5 «Після влучання „Шахеда“ з-під завалів ми витягли десь 15 собак і котів»: волонтери спільноти «Київські кажани» допомагають постраждалим людям
9 червня 2026 12:24

* Рейтинг формується за останні 7 днів

Погода 17.06.26, вдень **sinoptik**
Київ
+22°
вологість: 46% тиск: 746 мм
вітер: 4 м/с, Західний
Погода на 10 днів від sinoptik.ua

БІЛЬШЕ У РОЗДІЛІ

- «Бути толерантним до толерантних — проста формула виживання»: психотерапевт про безсилля, яке запускає депресію
16 червня 2026 21:00
- Всього одна ложка на день: названо продукт, який допомагає знижувати тиск
16 червня 2026 14:04
- «Не кажіть: я вас розумію»: головна психологиня ДСНС радить, як говорити з тими, хто втратив все
15 червня 2026 18:25
- Секрет, який приховують виробники: як обирати справжню оливкову олію
15 червня 2026 16:05
- Як схуднути після 50: назвали найпростішу вправу, яка реально працює
14 червня 2026 18:06

Новини партнерів

Мапа сайту <ul style="list-style-type: none">НовиниУкраїнаПолітикаГрошіПодії	<ul style="list-style-type: none">СвітПряма лініяБлогиСпортФутбол	<ul style="list-style-type: none">КультураШоу-бізнесФігурка дняСуспільствоСтиль життя	<ul style="list-style-type: none">Книга рецептівЛюди та звіріЖиттєві історії25 років потому	<ul style="list-style-type: none">Історія сучасностіНаука та технологіїКлуб споживачівЗапитайте у Фактів	<ul style="list-style-type: none">Іменинники дняГороскопКурс валютФотофактиПогода
---	---	---	--	---	---

Реклама | Передплата | Контакти | Привітання і співчуття | Правила користування сайтом faktu.ua

© 1997—2026 «Факти та коментарі»
Усі права на матеріали сайту охороняються у відповідності до законодавства України.
Матеріали під рубриками «На правах реклами», «Реклама», а також позначені символом публікуються у якості реклами та мають інформаційно-комерційний характер.