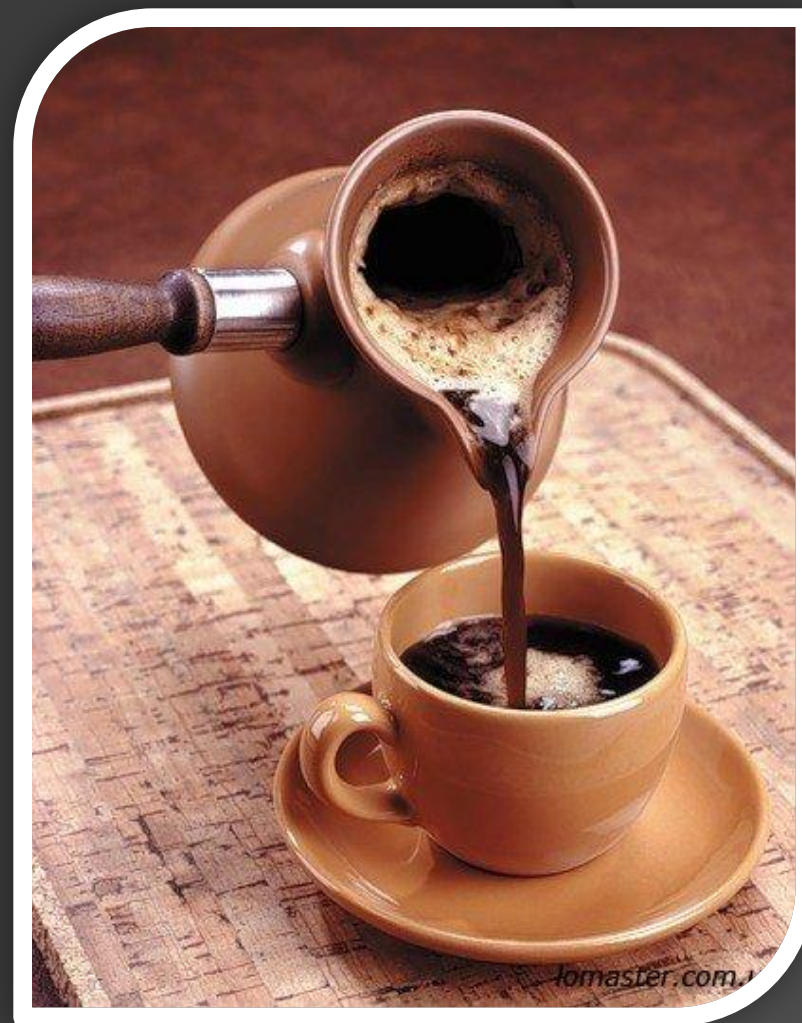


*Презентація
Кава, її склад та
властивості*



Сьогодні кава для багатьох людей стала повсякденним напоєм, без якого людина не може почувати себе бадьорою протягом дня. Цей тонізуючий і збуджуючий напій люблять і п'ють люди різного віку, при тому хтось обмежується чашкою кави під час сніданку, а для інших цей напій перетворився на пристрасть.



Хімічний склад сирової кави

- У складі сухих речовин кави :
- 32—36% припадає на екстрактивні речовини,
- 0,7—2,5% — на кофеїн,
- 3,5—7,7% — дубильні речовини,
- 9—19,2% — білки,
- 9,4—18% — жири,
- 4,2—11,8% — сахарозу,
- 5,5—10,9% — хлорогенову кислоту.



Дія кави на організм

Дія кави на організм людини пов'язана із вмістом у ній кофеїну. Кофеїн сприяє рефлекторній збудливості, підсилює діяльність серця та органів дихання, підвищує артеріальний тиск, розширює судини головного мозку, а також стимулює функцію нирок і печінки.



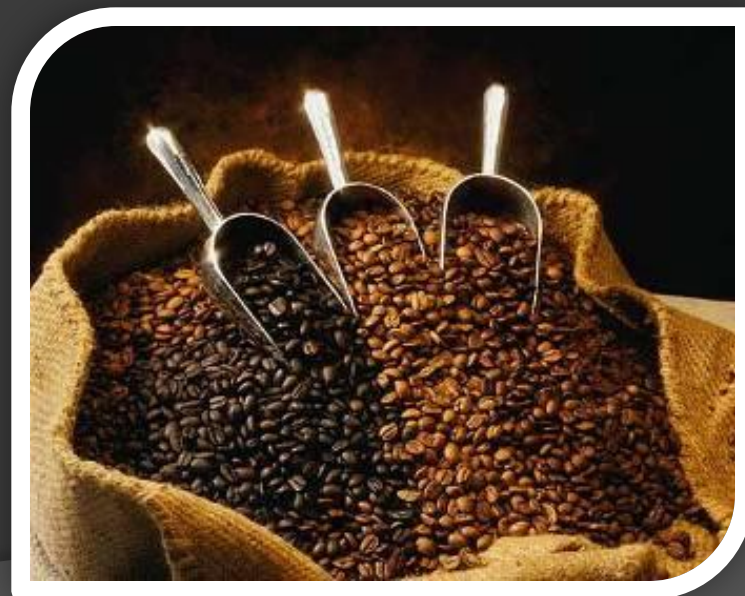
Переваги та недоліки:



- М'який стимулятор, який може поліпшити мозкову активність;
- Запобігає утворенню ракових пухлин;
- Збуджуючий засіб;
- Дозволяє не засинати, коли це необхідно.



- ⦿ Викликає безсоння;
- ⦿ Надмірне захоплення кавою підвищує ризик серцевих захворювань;
- ⦿ Може підвищити рівень холестерину в крові;
- ⦿ Може викликати мігрень у людей з підвищеною чутливістю;
- ⦿ Прискорює втрату мінеральних речовин кісткової тканини;
- ⦿ Виникає звикання.



Однак слід пам'ятати, що на кожну людину кава може впливати по-різному. Тому потрібно знати свою допустиму норму вживання цього напою.



Дякую за увагу!

