

Tekst 6

Kaffeetrinkerinnen leben länger

„Kaffee ist ungesund“, warnten Gesundheitsapostel Jahre lang. Dass sie unrecht haben, zeigt erneut eine große US-Studie

Zwei große US-Langzeitstudien liefern seit Jahren aufschlussreiche Hinweise zum Einfluss unterschiedlicher Faktoren auf die Gesundheit: die „Nurses Health Study“, an der zwischen 1980 und 2004 rund 85 000 Frauen teilgenommen hatten, und die „Health Professionals Follow-up Study“, die von 1986 bis 2004 fast 42 000 Männer erfasste. Während dieser Zeiträume gaben die Teilnehmer regelmäßig über ihren Gesundheitszustand und ihren Lebensstil Auskunft – auch darüber, wie viel Kaffee sie konsumierten.



Das Ergebnis: Frauen, die täglich zwei bis drei Tassen tranken, hatten ein um 25 Prozent geringeres Risiko, während der Studiendauer an den Folgen einer Herz-Kreislauf-Erkrankung zu sterben als Geschlechtsgenossinnen, die wenig oder gar keinen Kaffee tranken. Für andere Todesarten sank das Sterberisiko der Kaffeetrinkerinnen noch immer um 18 Prozent. Dieser Zusammenhang blieb auch bestehen, nachdem die Forscher den Einfluss von Risikofaktoren wie Übergewicht und Rauchen aus dem Ergebnis herausrechneten. Für die Männer zeichnete sich kein solch positiver Effekt ab – allerdings schadet Kaffeetrinken ihnen offenbar auch nicht.

Trotz dieser Ergebnisse warnen die Forscher vor voreiligen Schlüssen: Noch ist nicht bewiesen, dass der Kaffee das Herz gesund hält. Denkbar sei auch, dass ein anderer bisher noch unbekannter Faktor, der viele Kaffeetrinker verbindet, die schützende Wirkung entfaltet.

Focus

Tekst 6 Kaffeetrinkerinnen leben länger

- 2p 18 Geef van elk van de onderstaande beweringen aan of deze juist of onjuist is volgens de tekst.
- 1 De factor koffiedrinken in combinatie met roken en overgewicht moet nog worden onderzocht.
 - 2 De kans vroegtijdig te sterven aan hart- en vaatziekten is bij vrouwen die twee à drie koppen koffie per dag drinken lager dan bij vrouwen die minder of geen koffie drinken.
 - 3 Eén op de vier vrouwelijke studenten blijkt weinig of geen koffie te drinken.
 - 4 Er blijkt bij mannen geen relatie te bestaan tussen koffiedrinken en hun gezondheid.
- Noteer het nummer van elke bewering, gevolgd door 'juist' of 'onjuist'.