



ots.Audio: Kaffee: Gesunder Wachmacher

12.10.2009 - 04:15 Uhr, Wort und Bild - Apotheken Umschau

Baierbrunn (ots) -

- Querverweis: Audiomaterial ist unter <http://www.presseportal.de/audio> und <http://www.presseportal.de/link/multimedia.mecom.eu> abrufbar -

Kaffee ist das Lieblingsgetränk der Deutschen: Fast 150 Liter davon trinkt der Durchschnittsbürger pro Jahr. Viele trinken Kaffee allerdings mit einem schlechten Gewissen, denn das Getränk gilt als Flüssigkeitsräuber und soll auch verantwortlich sein für hohe Cholesterin- und Blutdruckwerte. Wie gesund oder ungesund Kaffee ist, dazu Hans Haltmeier, Chefredakteur der "Apotheken Umschau":

O-Ton, 20 sec.

"Kaffee hat zu Unrecht einen so schlechten Ruf. Es gibt Hinweise darauf, dass Kaffee zum Beispiel kein Flüssigkeitsräuber ist, dass er auch keinen Einfluss auf den Blutdruck hat. Und bei den Cholesterinwerten: die können zwar steigen, aber nur durch ungefilterten Kaffee und dann nicht nennenswert."

Man kann also unbesorgt Kaffee trinken. Es gibt sogar Studien, nach denen das Getränk eine vorbeugende Wirkung hat:

O-Ton, 20 sec.

"Es gibt Hinweise darauf, dass zwei bis drei Tassen Kaffee pro Tag das Diabetes-Risiko doch deutlich senken können. Wer regelmäßig Kaffee trinkt, hat vermutlich auch ein geringeres Risiko, an Alzheimer, Parkinson oder Leberkrebs zu erkranken. Was aber wirklich jeder kennt: Kaffee macht uns wach und auch leistungsfähig."

Kein Wunder, dass Kaffee bei so vielen guten Eigenschaften das Lieblingsgetränk der Deutschen ist. Sein Ursprung liegt in Afrika:

O-Ton, 20 sec.

"Ursprünglich stammt Kaffee aus Äthiopien und ist mittlerweile seit tausend Jahren bekannt. Heute kommt der Großteil der Kaffee-Produktion aus Südamerika. Und der Name stammt wahrscheinlich aus dem Türkischen und bedeutet Kraft und Stärke, was seiner Wirkung als Muntermacher ja entspricht."

Das sind gute Nachrichten für alle Kaffee-Freunde von der "Apotheken Umschau": Kaffee macht nicht nur wach und leistungsfähig, sondern ist auch gut für unsere Gesundheit. Ich habe jetzt richtig Lust bekommen und mache mir einen Espresso mit unserer Espresso-Maschine (Geräusch Espresso-Maschine).

ACHTUNG REDAKTIONEN:

Das Tonmaterial ist honorarfrei zur Verwendung. Sendemitschnitt bitte an ots.audio@newsaktuell.de.

@@infblk@@

Pressekontakt:

Ruth Pirhalla

Tel. 089 / 744 33 123

Fax 089 / 744 33 459

E-Mail: pirhalla@wortundbildverlag.de

www.apotheken-umschau.de

www.wortundbildverlag.de

Originaltext:

Wort und Bild - Apotheken Umschau

Pressemappe:

<http://www.presseportal.de/pm/52678/wort-und-bild-apotheken-umschau>

Pressemappe als RSS:

http://presseportal.de/rss/pm_52678.rss2