

Softdrinks machen Jungen hyperaktiv

Jugendliche, die häufig süße Getränke (wie z.B. Cola) konsumieren, leiden öfter unter Konzentrationsstörungen und Hyperaktivität, wie eine norwegische Studie zeigt.

Über die Ergebnisse der Studie der Universität Oslo unter Leitung von Lars Lien berichtet die Zeitschrift Psychologie heute. Die Forscher befragten knapp 5.500 Jugendliche im Alter von 15 und 16 Jahren nach ihren Trinkgewohnheiten und zu ihrer mentalen Gesundheit. 10 Prozent der Jungen, die vier oder mehr Softdrinks pro Tag verzehrten, zeigten typische Symptome einer Hyperaktivität (bei den Mädchen waren es nur 2 Prozent). Die Forscher führen dies auf das Koffein und die großen Mengen an raffiniertem Zucker in den Getränken zurück. Aus der Studie ging auch hervor, dass gerade die Schüler Cola und andere süße Getränke zu sich nehmen, die den Tag ohne Frühstück beginnen. Vermutlich versuchten die Jugendlichen auf diese Weise, den fehlenden Zuckerschub am Morgen auszugleichen. (dpa/GesundheitPro vom 14. Mai 2007)