

## **Studie aus Krems: Verzicht auf Plastikflaschen senkt Blutdruck**

Neue Forschung zeigt, dass der Konsum von Getränken aus Plastikflaschen den Blutdruck erhöhen könnte. Vermeidung von Plastik könnte das Herz-Kreislauf-System schützen. Lesen Sie mehr über die Risiken!

Neueste Forschungsergebnisse aus Österreich zeigen, dass die Verwendung von Plastikflaschen möglicherweise zu einem Anstieg des Blutdrucks führen kann. Dies stellt eine besorgniserregende Entdeckung dar, die auf die gesundheitlichen Risiken von Mikroplastik hinweist. Die Danube Private University in Krems hat in einer aktuellen Studie herausgefunden, dass Mikroplastikpartikel, die beim Konsum von Getränken in Plastikflaschen auftreten, in den menschlichen Blutkreislauf gelangen können und dort potenziell gesundheitliche Schäden verursachen.

In der Studie wurde beobachtet, dass Mikroplastik mittlerweile in sämtlichen Lebensbereichen präsent ist. Es stammt nicht nur von Kunststoffverpackungen, sondern auch aus anderen Alltagsgegenständen. Alarmierend ist, dass diese winzigen Partikel in menschlichen Organen, einschließlich des Blutes, nachgewiesen wurden. Die Forscher fanden sogar Mikroplastik in der Sperma von Probanden, was auf bislang unbekannte Risiken hinweist.

### **Wie Mikroplastik in unseren Körper gelangt**

Die kürzlich durchgeführte Studie involvierte acht gesunde Erwachsene, die über einen Zeitraum von vier Wochen auf

Plastikflaschen verzichteten und stattdessen Leitungswasser konsumierten. Während dieser Zeit wurden ihre Blutdruckwerte regelmäßig gemessen. Die Ergebnisse zeigten, dass insbesondere Frauen eine signifikante Senkung ihres systolischen Blutdrucks (oberer Wert) erreichten, während Männer hierbei keine klaren Veränderungen zeigten.

Die Forschenden vermuten, dass geschlechtsspezifische Faktoren eine Rolle bei den unterschiedlichen Reaktionen aufweisen. Frauen könnten aufgrund anatomischer Unterschiede im kardiovaskulären System empfindlicher auf die Vermeidung von Mikroplastikstoffen reagieren. Bisher bleibt jedoch unklar, wie genau Mikroplastik den Blutdruck beeinflusst. Experimente haben gezeigt, dass Mikroplastik die Zellmembranen schädigen und die Bildung von Blutgerinnseln begünstigen könnte.

## **Die gesundheitlichen Auswirkungen von Chemikalien in Plastik**

Einen weiteren Aspekt der Studie stellen die Phthalate dar, chemische Verbindungen, die oft als Weichmacher in Kunststoffen verwendet werden. Hochrangige Studien haben diese Stoffe mit einem Anstieg von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und erhöhtem Blutdruck in Verbindung gebracht. Der Verzicht auf Plastikflaschen reduziert möglicherweise die Phthalatbelastung im Körper und könnte somit zur Senkung des Blutdrucks beitragen.

Die Forschenden empfehlen den Verbrauchern, konsumierte Getränke vorzugsweise aus Behältern zu wählen, die weniger Mikroplastik enthalten, wie beispielsweise Leitungswasser. In mehreren Studien konnten im Leitungswasser von Deutschland und Österreich keine signifikanten Mengen an Mikroplastik gefunden werden. Durch das Abkochen oder Filtern des Wassers kann die Menge an Mikroplastik zusätzlich reduziert werden, wodurch sowohl die Belastung verringert als auch die Gesundheit gefördert werden kann.

Die Analyse zeigt, dass Mikroplastik ein zunehmend drängendes Problem darstellt, das nicht nur die Umwelt, sondern auch die menschliche Gesundheit betrifft. Laut Schätzungen nimmt ein Mensch pro Woche rund 5 Gramm Mikroplastik durch den Konsum von verpackten Getränken auf – ein Betrag, der nicht ignoriert werden sollte. Die Untersuchung der Danube Private University in Krems hebt die Notwendigkeit weiterer Forschungen und präventiver Maßnahmen hervor, um die Risiken von Mikroplastik zu minimieren und das Herz-Kreislauf-System zu schützen.

Details

**Besuchen Sie uns auf: [die-nachrichten.at](https://www.die-nachrichten.at)**