

Infographic - What happens when the brain comes into contact with beer or Cafe?

Do you know what happens to the brain when we come into contact with beer or coffee? Or when you drink beer or coffee, what changes in the body that the brain can recognize? Please consult with TipsMake.com by infographic below.

Do you know what happens to the brain when we come into contact with beer or coffee? Or when you drink beer or coffee, what changes in the body that the brain can recognize? Please consult with TipsMake.com by infographic below.

See some other articles:

1. Great benefits of meditation with the brain.
2. 11 tips to help train our brains.
3. Science demonstrates the outstanding advantages of swimming in brain development.



Chuyện gì xảy ra với não bộ khi tiếp xúc với

BIA VS CÀFÊ



Phần này được gọi là vỏ não, có nhiệm vụ kiểm soát các hành động có ý thức, ngôn ngữ và giao tiếp

Khi vỏ não bắt đầu tiếp xúc với chất cồn, bạn bắt đầu mất tập trung, đồng thời giải phóng bộ não của bạn khỏi những thông tin gây xao nhãng thường xảy ra



Và khi nồng độ cồn trong máu bạn đến mức 0,07 (tương đương uống 2 cốc bia vai)

Bạn sẽ trở nên **SÁNG TẠO HƠN**
Hoặc bắt đầu nói lảm nhảm



receptor adenosine
Khi adenosine kết hợp với adenosine receptor, bạn bắt đầu cảm thấy buồn ngủ

Khi có sự xuất hiện của caffeine, các receptor lại được lấp đầy bởi caffeine thay vì adenosine



Và sau khi uống cafe khoảng 5 phút

Người uống bắt đầu cảm thấy **TỈNH TÁO** hơn

Ưu điểm

Sự có mặt của bia giúp bạn cảm thấy bớt lo âu, phiền muộn, giúp giảm stress đồng thời kích thích khả năng sáng tạo

Gần như ngay lập tức giúp người uống tập trung hơn, có thêm năng lượng và tỉnh nhậy bén (khoảng 5 phút là đã có tác dụng)

Nhược điểm

Khi uống từ 2 cốc bia trở lên, khả năng tập trung và ghi nhớ của bạn sẽ giảm xuống

Dù chỉ cần uống một lượng nhỏ cafe cũng sẽ dẫn đến sự phấn khích nhẹ, và cơ thể của chúng ta sẽ cần nhiều cafe hơn để cảm thấy đủ kích thích

Thời điểm thích hợp nhất để uống

Nên uống bia bất cứ khi nào bạn cần sáng tạo

Nên uống cafe những lúc bạn cần tập trung

Lưu ý

Việc lạm dụng bia hay Cafe đều có thể mang lại hậu quả xấu cho não bộ và cơ thể. Tốt nhất hãy giữ thói quen dùng những thức uống kích thích này một cách định kỳ

KẾT LUẬN

BY GOLLY, I'VE GOT IT!

AND NOW I MUST SWIM!

You finished reading the article "**Infographic - What happens when the brain comes into contact with beer or Cafe?**" edited by the [TipsMake](#) team. We hope this article has provided you with many useful tech tips and tricks. You can search for similar articles on tips and guides. Thank you for reading and for following us regularly.
