Кофеиновая зависимость в среде студентов и школьников

Подростки и студенты подвергаются нестандартной нагрузкой. Многие не могут рассчитать силы и время, поэтому прибегают к употреблению кофеиносодержащих напитков, дабы все успеть. Наиболее популярными напитками являются чай и кофе. С фармаколо-  
гической точки зрения, чай и кофе являются нестандарти-  
зированными настоями с не до конца изученной биологи-  
ческой активностью. Считают, что обжаренные кофейные  
зерна содержат 2—3% воды, 2—3% сахара, 4—5% кофе-  
дубильной кислоты, до 15% жиров, 14% азотистых соеди-  
нений, в том числе до 1,3% кофеина, витамин РР, фе-  
нольные соединения и др. Высушенные листья чайного  
куста содержат 9—35% дубильных веществ, 2—5% ко-  
феина, теофиллин, теобромин, ксантин, лецитин, нуклео-  
протеиды, кумарины, витамины С, B1, В2, К, В6. С много-  
компонентностью и гетерогенностью состава этих напит-  
ков можно связать неоднозначность современных пред-  
ставлений об их влиянии на здоровье человека.

Зависимость чаще всего психологическая. Давление родителей и учителей вызывают в учащимся чувство обязанности успеть «все». Также, на человека могут влиять сверстники своими достижениями, что может привести к зависти и желанию превзойти их. В обществе такое нездоровое поведение поощряется и становится нормой.

Таким образом можно сказать, что молодежь прибегает к использованию стимулирующих веществ не только из-за собственного желания, но и из-за внешнего влияния.