

Hasil Studi Tunjukkan, Fungsi Otak Bisa Dipengaruhi Karena Kecanduan Ponsel

written by Editor | 13 Desember 2017



Kabar6-Ponsel yang dinilai mampu mempermudah pekerjaan, ternyata di satu sisi memiliki efek negatif. Prof Hyung Suk Seo dari Korea University, Seoul, mengamati 19 generasi muda yang didiagnosis kecanduan internet atau ponsel.

Peneliti membandingkannya dengan 19 remaja lain yang sehat. Dilansir CNN, sebanyak 12 dari 19 pecandu mendapatkan terapi kognitif perilaku yang biasa diberikan kepada orang dengan kecanduan tertentu. Terapi ini bertujuan untuk memastikan separah apa kecanduan yang dialami responden dan peneliti melakukan tes khusus untuk hal ini. Ketika skor tes tinggi, artinya tingkat kecanduan parah.

Responden yang dianggap kecanduan ponsel, juga memiliki skor yang tinggi dalam aspek depresi, gangguan kecemasan, insomnia dan bersikap impulsif. Hal ini dikaitkan dengan hasil scan otak para responden yang menunjukkan adanya peningkatan kadar GABA (gamma aminobutyric acid) atau senyawa yang memperlambat

sinyal otak dan penurunan glutamate-glutamine (Glx) senyawa yang memicu sel otak menjadi lebih senang pada otak mereka.

Penelitian sebelumnya menunjukkan GABA ditemukan pada remaja yang mengalami kecanduan dan peneliti mengaitkannya dengan kecanduan ponsel. Hasilnya, terapi kognitif kadar GABA di otak sebagian remaja menurun signifikan. Temuan ini membuktikan kecanduan pada ponsel juga bisa mempengaruhi fungsi otak. Sementara survei yang dilakukan terhadap 1.700 responden di Amerika Serikat dan Eropa menunjukkan banyak orang yang tak biasa menahan diri untuk tidak mengecek ponselnya.

Bahkan, pada situasi-situasi yang tidak memungkinkan seperti saat bercinta 7 persen, toilet 72 persen, pemakaman 11 persen orang tetap memeriksa ponselnya. Dua pertiga responden juga mengaku cemas bila tidak terkoneksi dengan Wi-Fi serta rela meninggalkan aktivitas mereka seperti seks (58 persen), makan junk food (42 persen), merokok (41 persen) atau minum alkohol (33 persen) demi koneksi Wi-Fi. [** Baca juga: Penelitian: Orang yang Hidup Sendiri Berisiko Alami Demensia 42 Persen](#)

Fakta mengejutkan lainnya, sebanyak 25 persen responden mengaku lebih memilih Wi-Fi dibandingkan mandi dan 19 persen lebih memilih hal tersebut daripada berinteraksi dengan manusia.(ilj/bbs)

Penelitian: Orang yang Hidup Sendiri Berisiko Alami Demensia 42 Persen

written by Editor | 13 Desember 2017



Kabar6-Peneliti dari University College London menemukan, menikah bisa mengurangi risiko demensia. Para peneliti mengumpulkan 15 penelitian terpisah yang memiliki korelasi antara risiko demensia dan status pernikahan.

Dengan menggabungkan penelitian tersebut, dilansir Independent, peneliti kemudian menganalisis data dari lebih 800 ribu orang di seluruh dunia. Hasilnya, orang yang hidup sendiri berisiko demensia 42 persen dibandingkan dengan mereka yang menikah. Risiko ini juga ditemukan pada janda atau duda yang ditinggal pasangan dan demensia meningkat 20 persen.

Dr Laura Phipps dari Alzheimer's Research UK menjelaskan, orang yang sudah menikah cenderung lebih mampu secara finansial, hal ini pun berkaitan dengan banyak aspek kesehatan tubuh. Selain itu, pasangan yang telah menikah bisa saling mendorong kebiasaan hidup sehat setiap hari, seperti makan dan olahraga teratur. Dukungan sosial, dikatakan peneliti, merupakan hal yang penting.

Dr Andrew Sommerlad, psikiater di UCL dan salah satu peneliti, menjelaskan manfaat gaya hidup sehat dan bagaimana gaya hidup sehat dapat berdampak langsung pada kesehatan mental. Dengan menjalani pola makan sehat, berolahraga serta manajemen kesehatan, akan membuat otak lebih sehat. [** Baca juga: Cinta pada Pandangan Pertama Itu Hanya Mitos](#)

“Satu hal yang terjadi saat seseorang mengalami demensia adalah akumulasi kerusakan di dalam otak. Hidup sehat akan menahan kerusakan otak serta mengurangi risiko penyakit mental di kemudian hari,” kata Dr. Sommerlad.(ilj/bbs)

Cinta pada Pandangan Pertama Itu Hanya Mitos

written by Editor | 13 Desember 2017



Kabar6-Percayakah Anda dengan ungkapan ‘Cinta pada pandangan pertama’? Harus diakui, banyak orang yang menganggap bahwa hal itu benar adanya. Namun menurut penelitian, hal tersebut hanyalah mitos.

Sebuah studi yang dilakukan oleh periset dari Universitas Gronigen Belanda, dikutip dari Bintang, menyebutkan bahwa tiba-tiba jatuh cinta pada pandangan pertama itu tak bisa dilakukan.

Dijelaskan, cinta pada pandangan pertama yang dipercaya banyak orang hanyalah berupa nafsu belaka. Mereka tidak menyebut ini

sebagai cinta yang tulus, namun hanya perasaan suka yang didasari nafsu saja.

Periset memberi 369 partisipan beberapa pertanyaan dan menyuruh mereka untuk memberikan rating pada gambar orang asing yang ditunjukkan. Para peserta harus menuliskan berapa persen perasaan cinta, keintiman, gairah, komitmen dan hasrat seksual yang mereka miliki setelah melihat foto orang asing tersebut.

Para peserta juga diminta untuk mempercepat kencan dengan orang asing. Hasilnya, jika seseorang yang melakukan kencan secara cepat dan merasa jatuh cinta dengan cepat itu hanyalah karena mereka tertarik pada fisik lawan jenis saja dan bukanlah jatuh cinta tulus dari dalam hati.

“Kesimpulannya, penemuan kami menunjukkan bahwa cinta pada pandangan pertama sebenarnya bukanlah cinta yang sebenarnya. Itu hanyalah cinta karena nafsu belaka.” Demikian kesimpulan studi tadi. [** Baca juga: 5 Hal yang Akan Terjadi Jika Anda Jarang Ganti CD](#)

Apakah Anda pun percaya cinta pada pandangan pertama?
(ilj/bbs)

5 Hal yang Akan Terjadi Jika Anda Jarang Ganti CD

written by Editor | 13 Desember 2017



Kabar6-Kebersihan dan kenyamanan saat menggunakan CD (celana dalam), berperan penting dalam menjaga kesehatan Miss V atau organ intim. Sayangnya, tidak jarang pemakaian CD yang salah justru bisa menyebabkan iritasi pada Miss V. Salah satu yang sering dilakukan adalah jarang mengganti CD.

Idealnya, setiap hari seseorang mengganti CD sebanyak 2-3 kali. Dikutip dari berbagai sumber, berikut adalah lima hal yang akan terjadi jika Anda jarang mengganti CD:

1. Gatal

Jarang ganti CD akan menyebabkan Miss V menjadi lebih lembap dan kotor. Ini juga memungkinkan banyak bakteri serta kuman bersarang pada Miss V, sehingga akan membuat Miss V terasa gatal. Semakin lama CD tak diganti, sangat mungkin gatal yang terjadi pada miss V akan semakin parah.

2. Terdapat ruam pada kulit sekitar Miss V

Menggaruk kulit sekitar Miss V yang terasa gatal, tanpa disadari akan menyebabkan luka, memar hingga ruam. Banyaknya kuman, bakteri dan kotoran yang menempel di kulit juga sangat memungkinkan membuat ruam yang ada semakin parah.

3. Miss V berbau

Jarang ganti CD akan membuat Miss V semakin lembap, kuman dan bakteri yang ada juga semakin banyak. Selain gatal dan kulit

ruam, Miss V pun akan sangat rentan mengalami masalah bau. Kondisi ini menjadi lebih parah ketika Anda mengalami masalah keputihan cukup parah.

4. Rambut sekitar Miss V berkutu

Kutu adalah salah satu hewan yang sangat suka berada di tempat yang kotor, kurang bersih dan lembap. Tak hanya muncul di rambut kepala, kutu ternyata juga muncul di rambut sekitar organ intim. Terlebih jika organ intim tersebut jarang dibersihkan, CD jarang diganti dan lembap. Jika sudah muncul kutu, tak hanya gatal parah yang akan dialami, lebih jauh Anda juga sangat mungkin mengalami infeksi di kulit sekitar organ intim.

5. Infeksi Jamur

Banyaknya kuman dan bakteri di celana dalam yang telah lama dipakai dan kondisi organ intim yang lembap sangat mendukung jamur tumbuh di sekitar organ intim dengan baik. [** Baca juga: Kebiasaan Tidak Sehat Berikut Bisa Rusak Jantung](#)

Jadi, jangan malas ganti CD ya.(ilj/bbs)

Kebiasaan Tidak Sehat Berikut Bisa Rusak Jantung

written by Editor | 13 Desember 2017



Kabar6-Jantung merupakan salah satu organ terpenting tubuh. Kelainan pada jantung dapat berisiko pada kematian. Sayangnya, beberapa kebiasaan sehari-hari tanpa disadari ternyata dapat merusak kesehatan jantung. Dikutip dari berbagai sumber, berikut adalah lima kebiasaan yang tanpa disadari bisa memicu kerusakan pada jantung:

1. Mendengkur

Mendengkur merupakan salah satu tanda dari sleep apnea. Biasanya orang dengan sleep apnea memiliki risiko yang lebih tinggi dari masalah jantung karena mereka biasanya bernapas secara tak teratur, yang kemudian dapat menyebabkan tekanan darah meningkat.

2. Terlalu banyak menonton TV

Menurut sebuah penelitian yang dipublikasikan dalam The Journal of American College of Cardiology pada 2011 lalu, menghabiskan terlalu banyak waktu di depan televisi bisa berbahaya untuk jantung Anda. Ini karena saat menonton televisi Anda dipastikan lebih banyak duduk dan mungkin sambil ngemil, yang dapat meningkatkan berat badan.

Bahkan jika Anda berolahraga secara teratur namun menonton TV selama lebih dari empat jam sehari berturut-turut, risiko stroke atau serangan jantung tetap naik berlipat ganda.

3. Tidak menjaga kesehatan mulut

Kesehatan mulut yang buruk tak cuma dapat menimbulkan masalah seperti bau mulut dan radang gusi, tapi juga dapat meningkatkan risiko serangan jantung. Hal ini karena bakteri dari gusi melewati pembuluh darah, yang mempersempit saluran dan mengurangi aliran darah. Pada akhirnya, kondisi ini kemudian akan membahayakan kesehatan jantung dan pembuluh darah.

4. Alkohol & merokok

Meskipun konsumsi red wine disebut-sebut memiliki manfaat bagi jantung, jika dikonsumsi berlebihan apapun jenis alkoholnya sebenarnya tetap tak sehat bagi tubuh. Alkohol berlebih dapat meningkatkan asupan kalori dan mengganggu pola tidur, yang pada akhirnya kemudian akan merusak jantung.

Sementara itu merokok satu batang sehari saja sudah membuat risiko masalah jantung muncul naik menjadi dua kali lipat. Selain itu, kebiasaan merokok juga dapat menimbulkan masalah lain seperti kanker dan penyakit paru-paru.

5. Olahraga & makan berlebihan

Berolahraga memang baik bagi kesehatan tubuh, namun jika dilakukan secara berlebihan dan bahkan sampai memaksakan kemampuan jantung, maka yang terjadi jantung justru menjadi lemah.

Selain itu, makan berlebihan juga dapat menimbulkan masalah seperti kelebihan berat badan atau obesitas. Padahal obesitas adalah penyebab utama dari masalah jantung. Jadi cobalah untuk makan dengan porsi yang lebih teratur, serta hindari makanan berkalori tinggi untuk jantung tetap sehat. [** Baca juga: Ngemil Malam Dapat Rusak Fungsi Memori Otak?](#)

Jauhi kelima hal yang dapat menyebabkan kerusakan pada jantung agar kondisi kesehatan Anda tetap prima.(ilj/bbs)

Ngemil Malam Dapat Rusak Fungsi Memori Otak?

written by Editor | 13 Desember 2017



Kabar6-Mengonsumsi makanan tengah malam, terlebih saat Anda tidak merasa lapar, bisa berisiko merusak hippocampus, bagian otak yang berfungsi untuk menyimpan memori.

Para peneliti menguji teori ini pada tikus, yang merupakan hewan nokturnal (aktif pada malam hari), sehingga akan makan pada malam hari. Dikutip dari Wartakesehatan, para peneliti menguji sebagian tikus dengan diberi makan pada malam hari dan sebagian lainnya pada siang hari, saat tikus biasanya tidur.

Setelah makan, masing-masing tikus dipisahkan dalam kandang khusus dan diberi kejutan. Keesokan harinya, para tikus dikembalikan ke kandang. Hasilnya, tikus yang makan pada malam hari menunjukkan tanda-tanda ketakutan, yang menunjukkan bahwa mereka ingat kejutan hari sebelumnya. Sementara tikus yang makan pada siang hari tidak bereaksi.

Para peneliti mengatakan, tikus yang makan pada waktu

seharusnya ia tidur, ternyata kekurangan protein CREB, salah satu kunci terbentuknya jam biologis manusia, dan berguna untuk membentuk memori. Ini merupakan bukti awal bahwa makan tidak sesuai jadwal yang tepat, dapat merugikan kesehatan, bahkan memengaruhi kemampuan belajar dan memori.

Meski demikian, penelitian ini belum sepenuhnya dapat diterapkan pada manusia. Hingga sekarang, pengaruh makan di jam istirahat tubuh seorang manusia, masih harus dibuktikan lebih lanjut. Namun penemuan ini tetap penting sebagai peringatan bagi mereka yang sering begadang atau sering kerja shift malam. [** Baca juga: Apa Saja Dampak Buruk Stres pada Otak?](#)

Kesibukan manusia modern mengakibatkan jadwal aktivitas menjadi berantakan, sehingga waktu makan jadi tidak sesuai. Baru kali ini ada bukti bahwa makan di luar jam normal memberikan pengaruh besar terhadap memori.(ilj/bbs)

Apa Saja Dampak Buruk Stres pada Otak?

written by Editor | 13 Desember 2017



Kabar6-Dampak stres dapat menyebabkan kerusakan jangka panjang terhadap kesehatan tubuh, suasana hati serta pikiran seseorang. Stres sendiri telah menjadi bagian yang tak terlepas dari kehidupan kita.

Saking seringnya, mungkin Anda tidak menyadari sedang mengalami stres. Hal ini dapat muncul dari gejala seperti sakit kepala, mood yang menjadi sensitif, cepat meledak yang kemudian dapat berkembang menjadi demam atau bahkan pada giliran terparahnya dapat menyebabkan serangan jantung atau stroke.

Bagaimana dampak stres pada otak? Saat stres, tubuh akan melepaskan hormon yang dikenal dengan sebutan kortisol. Hormon stres tersebut dapat berdampak buruk terhadap hippocampus otak, yakni memperkecil ukuran otak, membunuh sel-sel saraf pada otak dan menjadi penghambat proses regenerasi sel-sel saraf baru.

Hal ini pada akhirnya akan membuat kemampuan otak menjadi terganggu. Hippocampus merupakan bagian penting untuk memori, kemampuan berpikir, belajar serta pengaturan emosi.

Karena itulah jika terjadi gangguan pada bagian otak ini, apasitas memori akan menurun, yang artinya akan mempengaruhi kemampuan belajar, berpikir serta pengaturan emosi seseorang

yang menjadi terganggu. Dikutip dari berbagai sumber, berikut adalah beberapa dampak buruk stres terhadap otak:

1. Lemahkan daya ingat

Kenaikan tingkat glukokortikoid akibat stres yang berkepanjangan akan berpengaruh pada melemahnya daya ingat seseorang. Hal ini terjadi disebabkan karena ujung saraf yang lebih tua merasakan kesulitan untuk berhubungan dengan sel-sel otak yang baru. Selain itu, stres yang sering terjadi akan semakin mempersulit otak dalam mengirimkan informasi atau feedbacknya, sehingga menyebabkan kehilangan ingatan dalam jangka pendek. Pada akhirnya, hal ini akan dapat menyebabkan timbulnya alzheimer dan demensia pada manusia.

2. Sebabkan penyusutan otak

Kondisi stres yang terjadi akan dapat menyebabkan komposisi otak yang terenggut, sehingga membuat daerah hippocampus otak menyusut beberapa tempo. Kondisi seperti ini lebih sering terlihat pada korban trauma atau kekerasan. Penyusutan otak dapat menyebabkan seseorang kesulitan untuk mengingat sesuatu dan sulit berkonsentrasi. Hal ini pula yang mengganggu keterampilan motorik dan membuat seseorang kesulitan untuk merencanakan sesuatu.

3. Memungkinkan saraf terjepit

Stres dapat mengurangi sirkulasi darah di otak secara drastis, sehingga dapat meningkatkan risiko menderita stroke. Saraf pada pembuluh darah akan mulai mengalami penyusutan atau terjepit secara bersamaan. Jika hal ini terjadi, maka akan dapat menghalangi pasokan darah, nutrisi serta oksigen ke otak serta menghambat kemampuan otak untuk menyembuhkan dirinya sendiri dengan lebih cepat. [** Baca juga: Waspada Terhadap Beberapa Makanan yang Bisa Picu Kanker](#)

Satu-satunya cara untuk menghindari stres adalah dengan menjauhkan diri dari hal-hal yang membuat Anda tegang dan tertekan. Mulailah kontrol dan kendalikan diri dari segala sesuatu yang membuat Anda menjadi stres.(ilj/bbs)

Waspada Terhadap Beberapa Makanan yang Bisa Picu Kanker

written by Editor | 13 Desember 2017



Kabar6-Dalam keseharian, banyak orang yang tidak sadar menggunakan produk kimia. Mereka mengonsumsi berbagai jenis makanan yang dapat menyebabkan kanker. Sebenarnya, sistem tubuh beberapa orang mungkin berakibat negatif terhadap sejumlah zat alami dan buatan. Nah, hal inilah yang harus dihindari untuk mencegah pertumbuhan sel kanker di tubuh. Dilansir Boldsky, berikut adalah beberapa makanan yang dapat memicu kanker:

1. Minuman beralkohol

Banyak pria dan wanita memiliki kebiasaan mengonsumsi berbagai jenis minuman beralkohol secara teratur. Dalam penelitian disebutkan, seseorang yang cenderung berlebihan mengonsumsi bir, lebih mudah terkena kanker di bagian lambung dan pencernaan. Sementara untuk wanita dapat terancam kanker payudara.

2. Produk makanan kaleng

Makanan kaleng diketahui menjadi penyebab serius kanker menyerang tubuh manusia. Sebenarnya, dinding bagian dalam kaleng logam ini mengandung zat kimia yang disebut Bisphenol-A, atau hanya BPA. Bahan kimia ini berbahaya bagi kesehatan manusia dan kemungkinan besar akan memicu kanker saat bercampur dengan makanan yang tersimpan dalam kaleng. Terutama makanan dengan citarasa asam seperti tomat.

3. Daging merah

Banyak orang suka makan daging steak yang diolah dengan cara dipanggang. Daging yang dipanaskan dalam suhu tinggi cenderung melepaskan zat karsinogenik. Tak hanya itu, ada zat hidrokarbon dan amina yang tidak sehat, dikenal sebagai alasan utama kanker prostat dan kanker kolorektal pada manusia.

4. Minuman bersoda

Banyak minuman ringan yang populer dicampur dengan soda dalam jumlah besar. Karena soda umumnya diyakini sebagai bahan kimia yang sangat membantu dalam mencerna makanan berat. Tapi asupan minuman soda biasa menyebabkan stroke serebral, bahkan kanker di saluran pencernaan. Sebenarnya, efek asam soda melarutkan lapisan dalam perut dan usus, menyebabkan tumor yang kemudian berubah menjadi kanker.

5. Keripik kentang

Keripik kentang memiliki kandungan lemak yang menyebabkan obesitas. Penelitian membuktikan, keripik kentang mengandung beberapa bahan pengawet buatan yang berbahaya bagi kesehatan. Terlebih jika proses masakannya digoreng, dapat mengeluarkan zat akrilamida yang dikenal sebagai penyebab kanker. [** Baca juga: Menyenangkan, Ada 5 Manfaat Berpelukan](#)

Yuk, mulai berhati-hati memilih makanan.(ilj/bbs)

Menyenangkan, Ada 5 Manfaat Berpelukan

written by Editor | 13 Desember 2017



Kabar6-Tidak hanya nyaman dan membuat tenang, berpelukan dengan pasangan, anak, orangtua, dan orang-orang terdekat Anda, ternyata memiliki banyak manfaat, lho.

Disebutkan, berpelukan juga menjadi tanda bahwa masing-masing pasangan saling mendukung, dan juga dapat menjadi pengatur emosional seseorang. Apa saja manfaat utama bagi pasangan yang senang berpelukan? Dilansir The Health Site, berikut lima manfaat yang dimaksud:

1. Bantu kurangi flu

Studi yang dilakukan oleh Universitas Carnegie Mellon mengungkapkan, memeluk seseorang bisa membantu mengurangi flu. Pelukan efektif dalam melindungi orang dari infeksi virus, karena terciptanya emosional yang baik.

2. Hindari stres

Sebuah penelitian yang diterbitkan dalam jurnal Psychological Science mengklaim bahwa dipeluk oleh orang dipercaya dapat menghindari seseorang dari perasaan stres. Pelukan bisa membangun rasa percaya diri dan membangkitkan suasana hati.

Dan itu efektif mencegah stres.

3. Turunkan kadar tekanan darah

Saat memeluk atau mencium seseorang yang dekat dengan Anda, kadar oksitosin naik. Hormon ini berperan penting dalam mengurangi kortisol dalam tubuh, sehingga menurunkan tingkat tekanan darah. Selain itu, ketika seseorang memeluk, ada sejenis reseptor tekanan yang ada di kulit menjadi aktif. Reseptor tersebut mengirimkan sinyal ke saraf otak yang menurunkan tekanan darah.

4. Bakar kalori

Memeluk orang yang Anda cintai membakar sekira 12 kalori. Berarti setiap kali memeluk seseorang, Anda membakar kalori yang akhirnya menjaga berat badan.

5. Tingkatkan daya ingat

Hormon oksitosin akan dilepaskan ke dalam aliran darah saat Anda memeluk seorang teman dekat atau keluarga yang dicintai. Aliran darah ke otak pun menjadi lancar dan bisa meningkatkan daya ingat. Anda wajib mendapatkan manfaat ini karena hingga tua nanti bisa terhindar dari risiko alzheimer dan demensia.

[** Baca juga: Kertas Pembungkus Makanan Juga Miliki Kandungan Bahan Kimia Berbahaya](#)

Menyenangkan, bukan? (ilj/bbs)

Kertas Pembungkus Makanan Juga Miliki Kandungan Bahan

Kimia Berbahaya

written by Editor | 13 Desember 2017



Kabar6-Banyak kita lihat makanan yang dijajakan di pinggir jalan dikemas dalam kertas pembungkus berwarna coklat. Bahkan, gorengan dibungkus memakai kertas bekas pakai atau kertas koran.

Sejumlah penelitian menemukan bahwa kertas pembungkus makanan tersebut mengandung BPA yang diyakini berbahaya bagi tubuh. Seperti dilansir Kompas, BPA atau bisphenol A adalah bahan kimia yang sering digunakan sebagai bahan pembuat wadah makan, bukan hanya plastik, tetapi juga kertas. Awalnya BPA digunakan pada wadah makanan kaleng agar kaleng tersebut tidak mudah berkarat.

Kurunthachalam Kannan, Ph.D., seorang ilmuwan riset di New York State Department of Health, menyatakan bahwa BPA juga terkandung pada kertas pembungkus makanan dengan tingkat konsentrasi yang sangat tinggi.

Sejauh ini, para pakar kesehatan menduga bahwa BPA dapat memunculkan beragam efek negatif antara lain seperti:

1. Risiko keguguran meningkat tiga kali lipat pada wanita hamil yang terpapar BPA. Wanita usia subur yang terpapar BPA

dilaporkan mengalami penurunan produksi sel telur sehat dan berisiko dua kali lebih tinggi untuk sulit hamil.

2. Pada pasangan dengan program bayi tabung, pria yang terpapar BPA berisiko hingga 30-46 persen untuk menghasilkan embrio berkualitas rendah karena jumlah sperma yang dimilikinya rendah.

3. Pria pekerja pabrik manufaktur BPA di Cina mengalami sulit ereksi dan sulit orgasme hingga 4,5 kali lipat ketimbang pria yang tidak bekerja di pabrik BPA.

4. Anak yang lahir dari ibu dengan paparan BPA tinggi ditemukan lebih hiperaktif, agresif, serta rentan cemas dan depresi.

5. Paparan BPA pada pria meningkatkan risiko kanker prostat dan kanker payudara pada wanita, karena BPA memengaruhi perkembangan prostat dan jaringan payudara.

Meski demikian, kebanyakan studi mengenai keamanan BPA dan dampaknya terhadap tubuh belum benar-benar meyakinkan. Masih dibutuhkan lebih banyak penelitian terhadap manusia untuk dapat memastikan hal tersebut. [** Baca juga: Ini Penyebab Mengapa Mulut Berbau Saat Datang Bulan](#)

Demi kesehatan, kurangi penggunaan wadah yang mengandung BPA, khususnya juga kertas pembungkus makanan. Jika sudah telanjur menggunakan kertas pembungkus, jangan biarkan makanan Anda terlalu lama terbungkus di dalamnya. Segera pindahkan ke wadah lain.(ilj/bbs)