



A mannheimi mentális egészséget kutató intézet munkatársai 3200 embert követtek nyomon három éven át, akik közül 217-nél kezdődött el szellemi leépülés ez alatt. Megállapították, hogy a napi egy pohár (175 milliliter) bort vagy egy korsó sört elfogyasztó embereknel 29 százalékkal kisebb valószínűséggel jelentkezett demencia, mint a teljesen absztinenseknél.

Az Alzheimer-kór esetében még szembeötlőbb volt a különbség. Az összes szellemi leépüléssel mintegy kétharmadát kitevő Alzheimer-kór 42 százalékkal kisebb eséllyel fejlődött ki a mértékletes ivóknál az absztinensekhez képest.

Siegfried Wayerer kutatásvezető szerint vizsgálatuk eredménye arra utal, hogy a csekély vagy közepes mértékű alkoholfogyasztásnak "védő hatása" lehet a demencia ellen.

A jótékony hatás hátterében az áll, hogy az italok alkoholtartalma csökkenti a koleszterinszintet és a vérrögképződést, javítja az inzulinérzékenységet, a nem alkoholos alkotórészek közül több pedig antioxidáns, gyulladáscsökkentő vagy az érfalakat ellazító tulajdonságú.

Az *Age and Ageing* című szakfolyóiratban közzétett tanulmány szerzői ugyanakkor megjegyzik, hogy a hosszú távú, erős italozás felelős a demens esetek mintegy 10 százalékáért. A kutatók azt is hangsúlyozták, hogy eredményük kapcsolatot jelez a mértékletes ivás és a demencia kisebb kockázata között, nem pedig ok-okozati összefüggést. Utóbbi megállapításához randomizált, ellenőrzött klinikai próbára lenne szükség, ahol az önkéntesek nem tudhatnák, melyik csoportba tartoznak, isznak-e alkoholt. Egy ilyen próba nem lenne "sem etikus, sem a gyakorlatban kivitelezhető" - ismerték el.

Forrás: MTI