



A tanulmányba 3200, 75 év feletti német embert vontak be, akiknek egészségi állapotát 18 hónap, majd 3 év elteltével kontrollálták a *mannheimi Mentális Egészség Központi Intézetének* munkatársai.

A kutatók **Siegfried Weyerer** vezetésével azt vizsgálták, hogy milyen összefüggés van az alkoholfogyasztás, az ital típusa (bor, sör és égetett szeszek), valamint a szellemi leépülés megjelenése között. A szakemberek hangsúlyozták, hogy mérsékletes alkoholfogyasztásról van szó, mert az alkohollal való visszaélés mindenképpen káros az egészségre és rontja a memóriefunkciókat.

A felmérés résztvevői közül 217-nél alakult ki demencia, ám azok körében, akik mértékletesen fogyasztottak alkoholt, 30 százalékkal kisebb valószínűséggel, mint a teljesen absztinenseknél. Az Alzheimer-kór felbukkanásának kockázata 40 százalékkal volt alacsonyabb az első csoportba tartozók között.

Az elmúlt 31 évben a mérsékelt alkoholfogyasztás és a kognitív funkciók közötti kapcsolatot 71 tanulmány vizsgálta, összesen 153 856 ember bevonásával. A vizsgálatok többsége azt állapította meg, hogy a mérsékelt ivás csökkenti a demencia kockázatát. Az eredeti tanulmányt az *Age and Ageing* című szakfolyóiratban tették közzé.

Forrás: MTI