

Голландские ученые из Университета Эразма в Роттердаме обнаружили, что умеренное употребление алкоголя в количестве от одного до трех «дринков» в день (каждый примерно равен бокалу вина, банке пива или рюмке крепких напитков) препятствует развитию болезни Альцгеймера.

В исследовании приняли участие 5395 человек в возрасте от 55 лет, не имевших признаков слабоумия на момент начала работы. Опрос, проведенный учеными, показал, что большинство мужчин оказались любителями пива и ликера, а женщины предпочитали обычные и крепленые вина.

В зависимости от количества потребления спиртного все участники были разделены на группы. Употребление четырех и более «дринков» в день исследователями расценивалось как высокое. Ученых также интересовало, не менялись ли привычки в употреблении спиртного за последние пять лет.

К концу исследования у 197 человек развилась болезнь Альцгеймера или другая форма слабоумия. Ученые обнаружили, что в группе добровольцев, употреблявших от одного до трех «дринков» в день, вероятность возникновения деменции была на 42 процента ниже, по сравнению с трезвенниками.

Спиртное оказывало защитный эффект и в меньших дозах. Люди, которые выпивали не ежедневно, но более одного стандартного «дринка» в неделю, рисковали на 25 процентов меньше. Если индивидуальная норма была ниже одного «дринка» в неделю, риск снижался на 18 процентов по сравнению с непьющими.

Ученые подчеркнули, что при пересчете цифр для каждого вида напитков, будь то пиво, ликер или вино, на чистый спирт, защитный эффект оказался одинаковым. По мнению исследователей, это говорит о том, что все типы спиртных напитков одинаково хорошо препятствуют развитию деменции.

Ученые полагают, что в основе защитного действия лежит способность этилового спирта, входящего в состав алкогольных напитков, разжижать кровь и понижать уровень холестерина. Кроме того, алкоголь может стимулировать высвобождение ацетилхолина — вещества, важного для работы нервной системы.

Результаты исследования были опубликованы на этой неделе в медицинском журнале The Lancet.