

Έρευνα: Σε ποια ποσότητα το αλκοόλ βλάπτει τον εγκέφαλο - Ποιοι διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Υγεία και ιατρικά θέματα](#)



Η έρευνα, με επικεφαλής τη δρα Άνια Τοπιγούαλα του Πανεπιστημίου της Οξφόρδης, που προδημοσιεύθηκε στο medRxiv, σύμφωνα με τη «Γκάρντιαν», ανέλυσε στοιχεία για 25.378 άτομα, λαμβάνοντας υπόψη δεδομένα από μαγνητικές τομογραφίες εγκεφάλου, ιατρικά ιστορικά και τεστ μνήμης, τα οποία συσχετίστηκαν με την κατανάλωση αλκοόλ.



Διαπιστώθηκε ότι όσο περισσότερο αλκοόλ πίνει κάποιος τόσο μικρότερος είναι ο όγκος του εγκεφάλου του και άρα τόσο χειρότερες οι επιδόσεις του. Η μεγαλύτερη κατανάλωση αλκοόλ μέσα στην εβδομάδα σχετίζεται με μικρότερη πυκνότητα της φαιάς ουσίας. Αλλά πρόβλημα υπάρχει και για τη λευκή ουσία του εγκεφάλου.

«Δεν υπάρχει κάποιο “κατώφλι” κατανάλωσης πέρα από το οποίο υπάρχει βλάβη. Το οποιοδήποτε αλκοόλ είναι πρόβλημα. Σχεδόν όλος ο εγκέφαλος φαίνεται να επηρεάζεται και όχι μόνο συγκεκριμένες περιοχές, όπως προηγουμένως πίστευαν», δήλωσε η Τοπιγουάλα.

Μάλιστα, σύμφωνα με τους ερευνητές, το αλκοόλ φαίνεται να αποτελεί τέσσερις φορές μεγαλύτερο παράγοντα κινδύνου για τον εγκέφαλο από ό,τι το κάπνισμα ή το μεγάλο σωματικό βάρος. Αν κάποιος, εκτός του να πίνει συχνά αλκοόλ, είναι επίσης υπερτασικός και παχύσαρκος τότε η αρνητική επίπτωση του αλκοόλ στον εγκέφαλο είναι ακόμη πιο έντονη.

Όσον αφορά τουλάχιστον τον εγκέφαλο, η νέα μελέτη δεν βρήκε κάποιο όφελος στη μέτρια κατανάλωση κρασιού σε σχέση με άλλες μορφές αλκοόλ, κάτι που έχει υποστηριχθεί για την καρδιαγγειακή υγεία. Παραμένει ασαφές κατά πόσο το αλκοόλ συμβάλλει στην άνοια ή στη νόσο Αλτσχάιμερ.

Πηγή: ΑΠΕ-ΜΠΕ