

# FAKTA OM ALKOHOL!

LEVVIS INFO SEPTEMBER 2011

NYHEDER OM SYGDOM OG SUNDHED



Drik RØDVIN :) Få et længere liv!

## Vi bliver ældre af at drikke moderat alkohol?

Midaldrende kvinder, der drikker alkohol i moderate mængder har en bedre chance end Ikke drikkere for at holde sig sunde, som de bliver ældre, viser en ny undersøgelse tyder på.



*Akupunktor:* Leon D. Hansen

*Kontor:* 86 78 29 29

*Mobil:* 28 69 35 15

*E-post:* [Levvis@levvis.dk](mailto:Levvis@levvis.dk)

# LEVVIS

Klinikken LevVis - Badstuegade 17  
8000 Aarhus C

**Forskerne har fundet ud af, at et mindre alkoholforbrug af enhver slags – svarende til 20 g om dagen – forlænger livet med omkring to år sammenlignet med dem, der slet ikke drikker alkohol!**

Mænd, der kun drak vin og mindre end et halvt glas om dagen, levede omkring 2,5 år længere end dem, der drak øl og spiritus – og næsten fem år længere end dem, der slet ikke indtog alkohol.

At drikke vin var tæt forbundet med en mindre risiko for at dø af hjerte-karsygdom.

- Den nye undersøgelse slår fast, at vi lever flere år længere end afholdsfolk, hvis vi drikker en lille smule hver dag – især vin, siger TV2s læge, Jerk W. Langer, der i flere bøger har skrevet om vinens gavnlige effekter.

- Vi har længe været klar over, at let til moderat indtag af alkohol synes at

mindske faren for at dø af bl.a. blodprop i hjertet og hjernen.

Men forskerne har været i tvivl om flere ting. Dels om det gælder alle slags alkohol eller kun f.eks. rødvin, dels om forklaringen på hjertebeskyttelsen måske snarere er, at de mennesker, der vælger at drikke højst en-to genstande om dagen, også er dem, der lever sundt på alle mulige andre måder. Og at det i virkeligheden er forklaringen.

### Vin er også sundt

Den ny undersøgelse slår fast, at især en smule vin hver dag i sig selv er sundt, uanset hvordan man ellers lever, og at det forlænger livet med flere år.

Som 50-årig mand kan man forvente at leve hele fem år længere sammenlignet med en afholdsmand, hvis man nyder et halvt glas vin om dagen. Heraf giver selve alkoholen to ekstra leveår, mens vin giver den helt store gevinst med yderligere tre ekstra leveår.