

Допустимая порция алкоголя зависит от количества железа в мозге

Алкоголь не даёт покоя ни обычным людям, ни тем, кто занимается наукой. Новое крупное и детальное исследование провели учёные из Оксфордского и Кембриджского университетов, Лондонского университета королевы Марии (Великобритания) и Йельского университета (США). Они изучили, как накопление железа влияет на употребление алкоголя.

С результатами своей работы они поделились в июле 2022 года в ведущем международном научном журнале «[PLOS Medicine](#)».

Железо, содержащееся в головном мозге, связано с некоторыми аспектами нейродегенеративного состояния и сообщает об алкогольной зависимости. Происходит ли накопление железа у умеренно пьющих людей, неизвестно. Задачей учёных было исследовать связь между употреблением алкоголя и уровнем железа в мозге, а также изучить, подавляет ли высокое содержание железа когнитивные функции.

Этанол из алкогольных напитков всасывается в желудочно-кишечном тракте и через короткое время достигает мозга, оказывая прямое воздействие на нейроны. Давно доказано, что потребление больших доз алкоголя ведёт к патологическим изменениям в мозге с потерей белого вещества. При этом результаты исследований, изучавших влияние небольших доз алкоголя на мозг, не такие однозначные.

К слову, повышенный уровень железа в главном органе приводит к таким болезням, как Альцгеймер и Паркинсон.

Для исследования авторы проанализировали более 20 тысяч добровольцев. Ими были люди в возрасте от 40 до 69 лет. Из них 49% - женщины. Всего 3% от общего количества отнесли себя к вообще не пьющим.

Ни у кого из них не отмечалась деменция. Сначала им предложили пройти анкетирование, затем сделать МРТ мозга и печени, после чего они проходили тесты на оценку когнитивных и моторных функций. Также измеряли содержание железа.

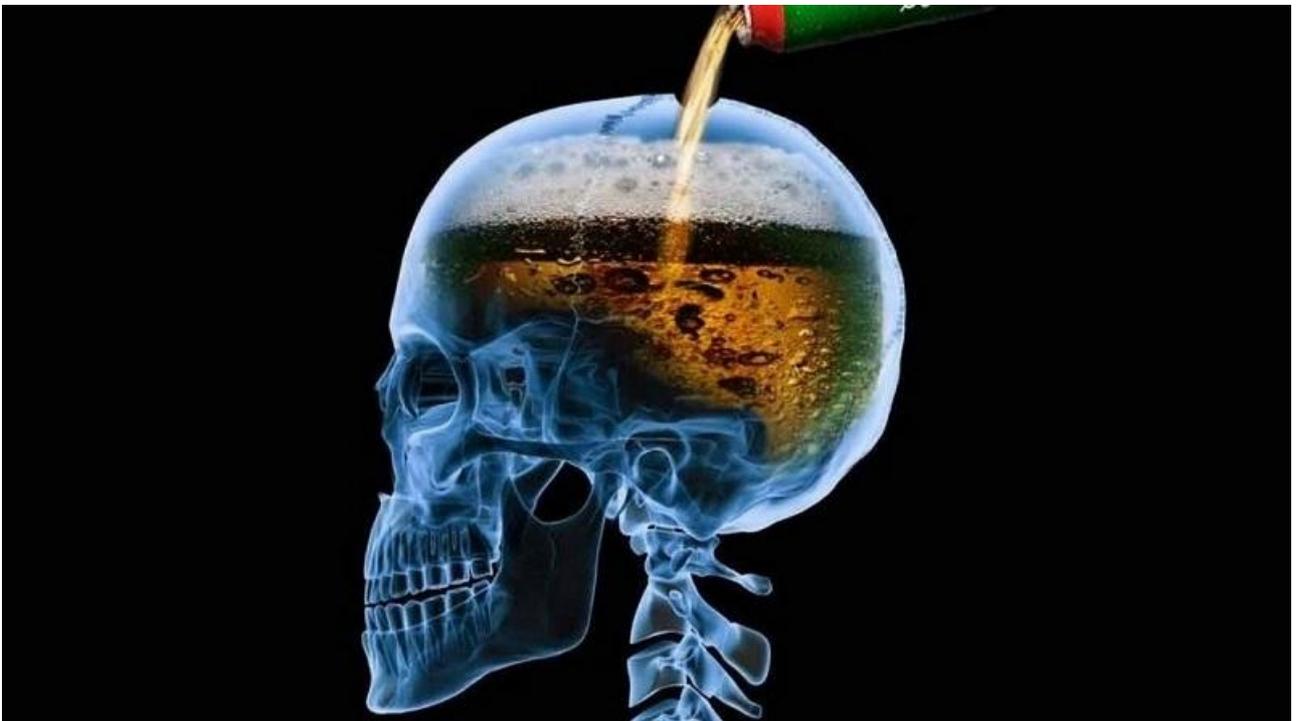
Но самое привлекательное (кроме 3% респондентов) то, что участникам каждую неделю давали выпить 10 миллилитров этанола (семь единиц). Это равнозначно шести бокалам вина. В свою очередь, это больше, чем умеренное потребление. Британские специалисты рекомендуют до пяти бокалов вина в неделю.

После этого у них снова измеряли содержание железа. Оказалось, что оно увеличилось не во всех областях мозга, а в базальных ганглиях. Именно эти части отвечают за контроль за движениями, процессуальным обучением, движением глаз, познанием, эмоциями и многое другое.

«В крупнейшем на сегодняшний день исследовании мы обнаружили, что употребление более семи единиц алкоголя в неделю связано с накоплением железа в головном мозге. Более высокое содержание железа в мозге, в свою очередь, связано с ухудшением когнитивных функций. Накопление железа может лежать в основе когнитивного нарушения, связанного с алкоголем», — заключает автор исследования.

Разрушающее действие умеренного потребления алкоголя на мозг ранее недооценивалось, и исследователи советуют пересмотреть существующие рекомендации по безопасному количеству алкоголя.

В целом можно заключить, что негативное влияние алкоголя на мозг примерно пропорционально потребляемому количеству, поэтому нельзя сказать, что существует безопасная доза.



Автор: Миша Ковальски © Babr24.com ЗДОРОВЬЕ, НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ, МИР 👁 12289 23.07.2022, 15:53
👍 800

URL: <https://babr24.com/?IDE=232212> Bytes: 3301 / 3074 Версия для печати Скачать PDF

👍 Порекорендовать текст

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)
- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

newsbabr@gmail.com



Автор текста: **Миша Ковальски**, научный обозреватель.

На сайте опубликовано **1654** текстов этого автора.

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)
Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: @bur24_link_bot

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: @irk24_link_bot

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: @kras24_link_bot

эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: @nsk24_link_bot

эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: @tomsk24_link_bot

эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: @babrobot_bot

эл.почта: eqquatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)