

Можно, но немного: томские ученые доказали пользу алкоголя для здоровья

Алкоголь в малых дозах – до 10 грамм этанола – улучшает здоровье человека. К такому выводу пришла международная группа, в состав которой вошли ученые Томского политехнического университета, НИИ психического здоровья Томского НИМЦ и Института медико-биологических проблем РАН. Результаты научной работы появились в медицинском журнале The Lancet.



«Исследования по изучению влияния алкоголя на человека проводились и раньше. Однако уникальность нашего популяционного анализа в том, что мы впервые проанализировали данные по всему миру, представив не только однозначные риски употребления алкоголя, но и потенциально положительные механизмы», – рассказывает доцент Исследовательской школы химических и биомедицинских технологий ТПУ Евгений Плотников.

Ученые определили степень риска употребления алкоголя на уровне популяции в зависимости от того, где живет человек, пола и возраста. Основой для исследования стала открытая мировая статистика с 1990 по 2020 год по заболеваемости и смертности от алкоголя и побочных болезней людей от 15 до 95 лет в 204 странах. Условной единицей измерения выбрали «дринк» – 10 грамм этанола – и сделали выборку доз спиртного от 0 до 10 «дринков».

Результаты показали – алкоголь приводит к некоторому улучшению показателей здоровья, с ограничениями по возрасту. Например, снимает уровень стресса и тревожности – факторы риска для проблем с сердцем и сосудами, и нивелирует токсичное действие положительным влиянием через центральную нервную систему.

Речь идет о малых количествах – 10 грамм этанола или до 1 «дринка». Превышение увеличивает риски для

здоровья.

«Можно однозначно сказать, что алкоголь вреден в популяционном масштабе, однако эффект воздействия сильно зависит от дозы», — уточняет Евгений Плотников.

Кроме того, на положительные механизмы влияет пол, возраст и регион потребителей алкоголя.

Фото: пресс-служба ТПУ / news.tpu.ru

Автор: Пепел © Babr24.com НАУКА И ТЕХНОЛОГИИ, ЗДОРОВЬЕ, ОБЩЕСТВО, ТОМСК 👁 13332
29.09.2022, 14:47 📄 470

URL: <https://babr24.com/?IDE=235284> Bytes: 2062 / 1891 Версия для печати Скачать PDF

👍 Порекомендовать текст

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)
- [Джем](#)
- [ВКонтакте](#)
- [Одноклассники](#)

Связаться с редакцией Бабра в Томской области:
tomsk.babr@gmail.com

Автор текста: **Пепел**.

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](#)