

In vino sanitas: Wein ist gesund, behaupten neue medizinische Studien

Eine Welle medizinischer Studien kommt einhellig zu dem Ergebnis:

Moderater Weingenuß kann gewisse vorbeugende Gesundheitswirkungen haben. In jüngster Zeit ergeben immer mehr Studien daß maßvoller Weingenuß, eine deutliche Verminderung folgender Krankheiten hat:

- Herzinfarkt und Schlaganfall
- verschiedene Krebserkrankungen
- der Alzheimerschen Krankheit
- außerdem vorbeugende Wirkung gegen Osteoporose, Gallensteine, Nierensteine, Thrombosen und Infektionen Depressionen, aber das versteht sich von selbst.

Prost! In diesem schönen Wort, entstanden aus "**prosit**", steckt das lateinische Verb **prodesse**, und das bedeutet "**nützen**". Wein kann der Gesundheit nützen, daher das **santé** der Franzosen.

Nach neuesten Erkenntnissen muß das lateinische Sprichwort "**in vino veritas**" um **in vino veritas et sanitas**" ergänzt werden. Im Wein liegt nicht nur Wahrheit, sondern auch Gesundheit

Studien der Universität Münster weisen eindeutig darauf hin, daß der Genuß von zwanzig bis dreißig Gramm Alkohol pro Tag das Risiko einer Erkrankung der Herzkranzgefäße in etwa halbiert und auch ansonsten mit einer deutlich geringeren Sterblichkeit einhergeht.

Zum gleichen Ergebnis kommt eine umfangreiche Studie Universität Boston mit dem eindeutigen Resultat:

Das Schicksal von Hunderttausenden Menschen aus über zwanzig Ländern unterschiedlichster Kulturen, über viele Jahre und mit vielfältigen Methoden beobachtet, erhärtet die These von der schützenden Wirkung mäßigen Trinkens.

In den Alltag übersetzt, lautet die Lehre des Ganzen, daß für Männer eine halbe Flasche Wein pro Tag gesund ist, für Frauen etwas weniger

Die Fortschritte der analytischen Technik versetzen die Chemiker gegenwärtig in den Stand, immer neue Wirkstoffe im Wein nachzuweisen, die als Kandidaten für Infarkt- und Krebsprävention in Frage kommen; sie stammen aus den Traubenschalen und sind im Wein, vor allem im roten, konzentriert vorzufinden. In seinem überaus lesenswerten Buch "Täglich Wein", 1997) ficht der Ernährungswissenschaftler Nicolai Worm daher dafür, dem Wein eine präventionsmedizinische Sonderrolle zuzumessen.

Tatsächlich konnte eine in **Science** einer renommierten englischsprachigen Wissenschaftszeitung veröffentlichte Untersuchung kürzlich zeigen, daß einer dieser Zusatzstoffe, das vieldiskutierte **Resveratol**, die Krebsentstehung hemmt.

Bewusster Weingenuß umschließt das Wissen von den sozialen und kulturellen Wirkungen der Berauschtigkeit.

Dieser verrückte Zustand ist keineswegs per se etwas Böses, weshalb schon der weise Philosoph [Sokrates](#) nichts dabei fand, seinen jungen Freund [Alkibiades](#) regelmäßig unter den Tisch zu trinken

Und was lesen wir im ersten Buch Mose über Noahs Aktivitäten ?

Kaum war der Boden getrocknet begann Noah bereits einen Weinberg anzulegen.....

Wein als Heilmittel ist so alt wie die Medizin. Denn Alkohol ist ein hervorragendes Lösungsmittel. Was immer an heilsamen Pflanzen, Kräutern oder sonstigen Mitteln entdeckt wurde – es kam stets auch darauf an, diese Substanzen dem Körper in geeigneter Weise zuzuführen. Und dafür bietet der Wein die ideale pharmakologische Grundlage. In ihm lassen sich wirksame Substanzen wunderbar auflösen, und Alkohol ermöglicht auch eine gute Stabilisierung der gelösten Stoffe. Es dauerte nicht lange, bis der Wein vom Lösungs- zum Heilmittel aufstieg.

Der Erste, der Wein in seiner reinen Form in die Medizin einführte, war der Urvater aller Ärzte, Hippokrates. Er empfahl die Gabe von Wein als Beruhigungs- und Schlafmittel, als Schmerzmedikation, zur Behandlung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und vor allem als Stärkungsmittel für Genesende.

In der Neuzeit verlor der Wein dann allmählich seine medizinische Bedeutung und wurde wegen des Alkohol und Alkoholmissbrauchs verteufelt und stattdessen Abstinenz gepredigt.

Zum großen Umdenken kam es dann erst in den achtziger Jahren des letzten Jahrhunderts. Immer mehr wissenschaftliche Studien waren erschienen, die die positiven Effekte eines moderaten Alkoholkonsums auf die Gesundheit belegten.

. In einer wichtigen französischen Studie wurden Untersuchungen, an mehr als 36.000 gesunden Männern vorgestellt. Ziel war es, den Zusammenhang zwischen Alkoholkonsum und Sterblichkeit zu untersuchen.

Die Erkenntnisse: Bei einem täglichen Alkoholkonsum von 30 bis 50 Gramm (das entspricht etwa zwei Gläsern Wein) lag das Risiko für tödlich verlaufende Herzerkrankungen gegenüber den **Abstinenzlern** um rund 50 Prozent (!) niedriger.

Der für die Studie Verantwortliche, Dr. Groenbaeck, fasste die Ergebnisse sogar noch pointierter zusammen:

„Wer nie Wein trinkt, hat ein doppelt erhöhtes Risiko zu sterben gegenüber denjenigen, die täglich Wein konsumieren.“ Auch die Sterblichkeit durch Krebs war signifikant reduziert. Zitat: „Die Studie deutet ganz offensichtlich darauf hin, dass es im Wein auch noch Stoffe bzw. Faktoren gibt - welche auch immer sie sein mögen -, die sich ebenfalls vorteilhaft gegen Krebs auswirken.“

Viele der Inhaltsstoffe, über die Dr. Groenbaek nur vage spekulieren konnte, sind inzwischen identifiziert.

Im Mai 2005 veröffentlichte das Deutsche Ärzteblatt, eine Titelgeschichte über „**Demenz – Möglichkeiten der Prävention**“, ein Thema von allergrößtem Interesse.

Gegenwärtig wird die Zahl der in Deutschland an Alzheimer Erkrankten auf 1,1 Millionen geschätzt. Diese Zahl nimmt ständig weiter zu.

Die Alzheimer-Demenz wird – so viel ist bereits heute klar – eine der wichtigsten Erkrankungen des 21. Jahrhunderts. Zum gegenwärtigen Zeitpunkt gibt es weder effektive Behandlungen für die bereits Erkrankten, noch wirklich gut etablierte Vorbeugemaßnahmen für die Gefährdeten.

Umso wichtiger ist es, alle Möglichkeiten auszuschöpfen, die einen wie auch immer gearteten Schutzeffekt gegen die Demenz versprechen. Und siehe da: 1997 veröffentlichte eine neurologische Fachzeitschrift die Sensation: Der tägliche Konsum von zwei bis drei Glas Wein reduziert das Risiko für eine Alzheimer-Demenz um etwa 50 Prozent! Verbesserte Hirndurchblutung, Abpuffern von freien Radikalen, Verminderung chronisch entzündlicher Prozesse – all das sind Faktoren, die sich günstig auf ein alterndes Gehirn auswirken und dem Morbus Alzheimer vorbeugen. Die Inhaltsstoffe besonders Resveratrol im Rotwein füllt all diese Funktionen nachweislich aus.

Aber es gibt eben ein noch stärkeres Motiv für den Weingenuß als das **in Vino "sanitas."**
es ist **in Vino sanitas et felicitas**
Nämlich im Wein ist Wahrheit und Gesundheit , aber noch wichtiger! Freude!!!