

Καταστρέφει την καρδιά σας! Μην το ξαναβάλετε στο στόμα σας

Η μελέτη δείχνει ότι η μείωση στην κατανάλωση αλκοόλ μπορεί να μειώσει και τα καρδιολογικά περιστατικά.

Η κατάχρηση του αλκοόλ – επίκαιρη λόγω των γιορτών- αυξάνει τον κίνδυνο για καρδιακή αρρυθμία, έμφραγμα και καρδιακή ανεπάρκεια όσο άλλοι γνωστοί παράγοντες κινδύνου, όπως η υψηλή αρτηριακή πίεση, ο διαβήτης, το κάπνισμα και η παχυσαρκία, σύμφωνα με μια νέα αμερικανική επιστημονική έρευνα.

Οι ερευνητές, με επικεφαλής τον Γκρέγκορι Μάρκουσ, διευθυντή κλινικών ερευνών του Τμήματος Καρδιολογίας του Πανεπιστημίου της Καλιφόρνια στο Σαν Φρανσίσκο, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο περιοδικό του Αμερικανικού Κολλεγίου Καρδιολογίας (Journal of the American College of Cardiology), ανέλυσαν στοιχεία μιας ιατρικής βάσης δεδομένων 14,7 εκατομμυρίων ασθενών ηλικίας άνω των 21 ετών, από τους οποίους περίπου 268.000 (1,8%) είχαν διαγνωσθεί ότι έκαναν καταχρήσεις στην κατανάλωση αλκοόλ.

«Διαπιστώσαμε ότι ακόμη κι αν κανείς δεν έχει άλλους υποκείμενους παράγοντες κινδύνου, η κατάχρηση του αλκοόλ από μόνη της αυξάνει τον κίνδυνο για καρδιοπάθειες» δήλωσε ο δρ Μάρκουσ.

Η μελέτη διαπίστωσε ότι το υπερβολικό αλκοόλ σχετίζεται με διπλάσιο κίνδυνο κοιλιακής μαρμαρυγής (αρρυθμίας της καρδιάς), με αυξημένο κατά 1,4% φορές κίνδυνο εμφράγματος και με αυξημένο κατά 2,3 φορές κίνδυνο συμφορητικής καρδιακής ανεπάρκειας.

Η πλήρης αποχή από το αλκοόλ θα σήμαινε δεκάδες χιλιάδες λιγότερα περιστατικά αυτών των περιπτώσεων καρδιοπάθειας.

«Εκπλαγήκαμε κάπως από τη διαπίστωση ότι όσοι κάνουν καταχρήσεις με το αλκοόλ, έχουν σημαντικά μεγαλύτερο κίνδυνο εμφράγματος. Ελπίζουμε ότι αυτά τα στοιχεία θα μετριάσουν τον ενθουσιασμό για υπερβολική

κατανάλωση, πολύ περισσότερο για όσους νομίζουν ότι το αλκοόλ θα κάνει καλό στην καρδιά τους. Τα ευρήματά μας δείχνουν ξεκάθαρα το αντίθετο» τόνισε ο Μάρκουσ.

Προηγούμενες μελέτες είχαν συμπεράνει ότι μέτρια επίπεδα κατανάλωσης αλκοόλ μπορεί να βοηθήσουν στην αποφυγή εμφράγματος και συμφορητικής καρδιακής ανεπάρκειας, ενώ ακόμη και χαμηλά έως μέτρια επίπεδα κατανάλωσης αλκοόλ μπορεί να αυξήσουν τον κίνδυνο αρρυθμίας.

Πηγή: www.medicalnews.gr