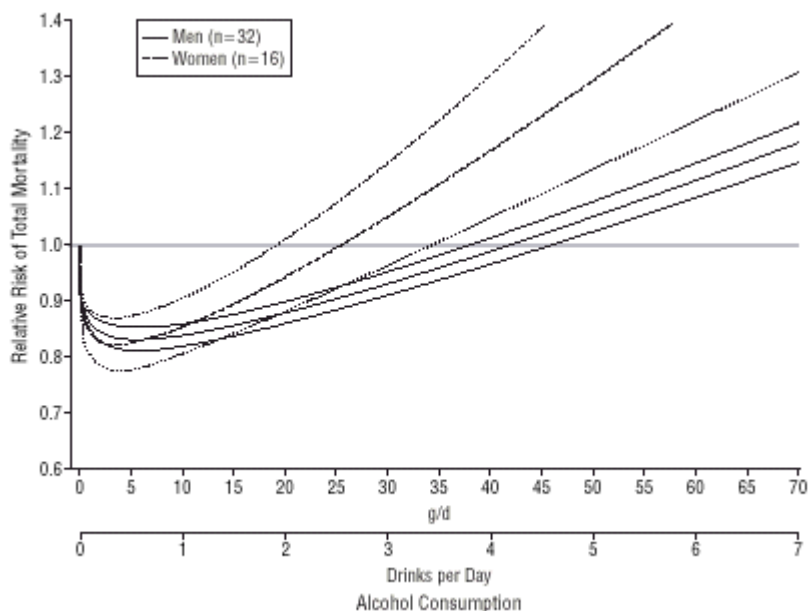


Drick måttligt och lev längre.

Att ett måttligt bruk av alkohol minskar dödligheten i hjärt- och kärlsjukdomar har länge varit allmänt känt, dock så har det varit kontroversiellt hurvida dödligheten minskar generellt. Något som nu ändå får sägas avgjort genom den sammanställning som gjorts av forskare från John Paul II centrumet för biomedicinsk forskning i Campobasso (Italien) tillsammans med statistiker från Universitetet i Milan-Biococca (Italien).

Arbetet består i en sammanställning av alla artiklar på ämnet listade i nätdatabasen PubMed fram till och med december 2005, och kompletterade med artiklar refererade till i dessa. Tillsammans blev det 34 undersökningar från USA, Europa och Asien, inkluderande två svenska studer.

Resultatet då? Ett J-format samband mellan alkoholintag och dödlighet konfirmerades och detta gäller både män och kvinnor. Konsumtionen av alkohol, med upp till 4 drinkar per dag för män och 2 drinkar per dag för kvinnor, var omvänt associerat med generell dödlighet. Med andra ord så lever vi som dricker en måttlig mängd alkohol om dagen längre än absolutister. Ett ytterligare högre intag av alkohol leder dock återigen till en högre dödlighet.



(1 drink motsvarar 10 gram alkohol per dag)

Referens: Di Castelnuovo et al., Arch Intern Med., 2006, 166, 2437-2445.

Drick måttligt och lev längre - forts.

En helt annan svensk undersökning är "Quantification of alcohol-related mortality in Sweden" av Sjögren et al, omfattande alla dödsfall i Sverige mellan åren 1992 till 1996. En rätt så omfattande genomgång alltså. Man har jämfört sk naturliga dödsfall med alla dödsfall och uppskattat hurvida dessa har orsakats eller förebyggts av alkohol.

Det intressanta är att man här kommer fram till att alkoholen dödar mer människor än den räddar i Sverige, men att detta är då man tittar på hela åldersstrukturen samtidigt, och då man tittar på alla dödsfall (alltså även mord, självmord, bilolyckor, olyckor, etc). Tittar man på bara dom sk naturliga dödsfallen (sjukdomar) så är bilden faktiskt den motsatta. Dvs fler dödsfall förebyggs än orsakas av alkohol...

Går man in mer i detalj så ser man tydligt att man når en brytpunkt vid en ålder någonstans mellan 50 och 60 år. För åldersgruppen 50-59 så förkortar nämligen alkohol livet för fler människor än vad den förlänger, medan det motsatta gäller för åldersgruppen 60-69 år. Detta gäller även när man tittar på alla dödsfallen.

Referens: Sjögren et al., Alcohol & Alcoholism., 2006, 35, 601-611.