

Diese Meldung kann unter <http://www.presseportal.de/pm/52279/1555708/ots-audio-zwischen-leber-und-milz-passt-noch-locker-n-pils-was-ist-dran-an-der-these-dass-alkohol> abgerufen werden.



ots.Audio: Zwischen Leber und Milz, passt noch locker n' Pils! Was ist dran an der These, dass Alkohol gesund ist?

04.02.2010 - 04:15 Uhr, Wort und Bild - Diabetes Ratgeber

Baierbrunn (ots) -

- Querverweis: Audiomaterial ist unter <http://www.presseportal.de/audio> und <http://www.presseportal.de/link/multimedia.mecom.eu> abrufbar -

Geräusche 5 Sekunden: Tusch, feiernde Menschen, Anstoßen

Jo, jetzt ist die Zeit zum Abfeiern und während der Faschings- und Karnevalszeit kann das auch gerne täglich und ein Gläschen mehr sein. Außerdem gibt es jede Menge positiver Nachrichten über Alkohol, so dass der Spruch zu stimmen scheint: Zwischen Leber und Milz, passt noch locker 'n Pils. Das ist aber nur bedingt zutreffend, schreibt das Apothekenmagazin "Diabetes Ratgeber" und Chefredakteur Dr. Andreas Baum erklärt, wie gesund Alkohol tatsächlich ist:

0-Ton: 21 Sekunden

Es gibt Hinweise, dass Alkohol in kleineren Mengen durchaus vorteilhaft sein kann und zum Beispiel die Gefäße schützt, sodass das Herzinfarktrisiko sinkt. Deswegen sollte man aber nicht für vorbeugenden Alkoholkonsum werben. Weil, wer regelmäßig Alkohol trinkt, der bekommt zum Beispiel öfter Speiseröhrenkrebs oder eine Fettleber, hat auch öfter Blutdruckprobleme. Regelmäßig ein bisschen ist deshalb genauso schädlich, wie gelegentlich zuviel.

Gute Nachrichten hören sich anders an und das ist leider noch nicht alles:

0-Ton 14 Sekunden

Alkohol macht dick, wenn man viel davon trinkt und zwar ohne Wenn und Aber. Eine Flasche Bier hat ungefähr 200 Kalorien, ein Glas Sekt 75 und ein kleines Glas Schnaps hat vielleicht 45 Kalorien. Also da summiert sich schnell einiges zusammen, wenn man mal regelmäßig dabei ist.

Passt also nicht so richtig zu einer guten Figur und genauso wenig passen Alkohol und Diabetes zusammen:

0-Ton: 17 Sekunden

Alkohol erhöht einerseits das Risiko für schwere Unterzuckerungen. Der Grund ist: Wenn die Leber den Alkohol abbaut, dann ist sie so beschäftigt, dass sie keinen Zucker mehr ins Blut abgibt. Das ist besonders für Diabetiker wichtig, die Insulin spritzen. Und zum anderen ist Alkohol, wie schon gesagt, ein Dickmacher - und Übergewicht ist einer der Hauptgründe für Diabetes.

Und außerdem braucht man für ausgelassene Feiern doch nicht unbedingt Alkohol und wenn, dann trinken Sie mit Sinn und Verstand, rät der "Diabetes Ratgeber".

ACHTUNG REDAKTIONEN:

Das Tonmaterial ist honorarfrei zur Verwendung. Sendemitschnitt bitte an [ots.audio@newsaktuell.de](mailto:ots.audio@newsaktuell.de).

@@infbk@@

Pressekontakt:  
Ruth Pirhalla  
Tel. 089 / 744 33 123  
Fax 089 / 744 33 459  
E-Mail: [pirhalla@wortundbildverlag.de](mailto:pirhalla@wortundbildverlag.de)  
[www.wortundbildverlag.de](http://www.wortundbildverlag.de)

Originaltext:

Pressemappe:

Pressemappe als RSS:

Wort und Bild - Diabetes Ratgeber

<http://www.presseportal.de/pm/52279/wort-und-bild-diabetes-ratgeber>

[http://presseportal.de/rss/pm\\_52279.rss2](http://presseportal.de/rss/pm_52279.rss2)