



Ein lítil kenning er heilsugevandi

Heilsustýrið í Danmark tilmælir fólki að drekka eini tvey-trý glös av víni um dagin. Tað minkar um vandan at fáa hjartasjúkur, verður sagt

Ein nýggi kenning í Danmark visir, at deyðatalið av hjartasjúkum dæmum lækkar, um teir drekka tvey - fimm glös av víni um dagin, í mun til fólki, sum ikki smakka vín. Kortini vil Heilsustýrið í Danmark ikki tilmæla fólki at hækkað markið fyrri vinnýtslu.

Heilsustýrið gevur fólki tey ráðini, at kvinnur skulu drekka í hægsta lagi tað, sum svarar til tveir snapsir um dagin ella tvey glös av víni, og mannfólk skulu drekka hægst trý glös um dagin.

Vit kunnu undir ongum umstøðum ráða fólki til at drekka fimm snapsir, ella sama tal av víni um dagin. Tað kann geva fólki aðrar

trupulleikar, eitt nú møði, tey gerast illa upplögð, og tað kann verða atvoldin til, at fólki gerast misnýtarar. Tað eru eisini nógv fólki, sum als ikki kunnu drekka so nógv, sigur Lars Iversen, skrivstovustjóri í Heilsustýrinum í samband við kenningina.

Væl móttikin kenning
Kanningina hevur Institut fyrri sjúkufyrirbygging í Keypmannahavn gjørt fyrri Heilsustýrið. 1300 danir eru spurdir um teirra drekkjavánar, livihátt og sjúkur.

Fleiri kanningar á hesum øki hava áður vist, at fólki, sum nýta smærri mongdir av alkohol dagliga, hava færri hjarta- og æðrasjúkur.

Nýggja kanningin visir, at drekka fólki vin dagliga, er vandin fyrri at fáa deyðliga sjúku minni.

Fólki, sum drekka stórar nøgdir av alkoholi dagliga, taka vanliga ógvuliga væl móti slíkum úrslitum. Tað er tó ikki rætt, av tí at tað ikki ber til, bert at taka eitt fyrirbyrgið hjá menniskjum fram, og so halda, at tað stendur væl til. Tey fáa ikki æðrakálking av at drekka, men haraftur ímóti fáa tey feittlivur, verða arbeiðsleys, missa koyrikortid og hjúnartelaga, orsakað av misnýtslu, sigur Finn Hardt, yvirleikni á Hvidovre sjúkrahúsinum.

Sjálvur hevur hann einki ímóti at fáa eina lítil kenning av og á, men sigur seg bert nýta alkohol í vikuskiftinum.

- Eg toli ikki so nógv av longur. Hetta er nakað, sum kemur við árunum. Eg drekki umleið 15 glös um vikuna, sigur 57 ára gamli yvirleikni, sum hervið heldur seg væl undir markið, sum Heilsustýrið mælir til.

Hóast drúgvur kanningar, so er ikki greitt, hvat tað er, sum ger alkohol gagnligt fyrri heilsuna. Okkurt bendir á, at tað als ikki er alkohol innihaldið í víninum, sum er heilsugevandi.

Kanningin av nýtsluni hjá fólki, sum drekka øl og brennivíni, visir, at tey ikki hava somu fyrimunir sum fólki, ið bert drekka vín.

Fólki, sum drekka frá trimum til fimm snapsir dagliga, eru í størri vanda fyrri at fáa deyðiligar sjúkur, enn tey, sum als ikki nýta alkohol.

Vit hava ikki funnið fram til, hvat tað er sum ger munin, men vit vita so mikið, at tað ikki er alkoholið sum er heilsugevandi. Tað kann eins væl vera, at vit skulu tilmæla fólki ístaðin fyrri, at eta eitt kilo av vínberum um dagin.

Jarðber og vin
Morten Grønbeek, granskari og leiðari fyrri kanningini, hevur eina grundgeving:

- Í víni finst evni, sum kallast flavonoider. Hetta er

Reyðvín ringt fyrri heilsuna

Fleiri ameriskir granskarar eru ivasamir um úrslitið av donsku kanningini, sum sigur, at fyra-fimm glös av reyðvíni um dagin, minkar um vandan at fáa æðra- og hjartasjúkur.

Ameriskur læknarnir vísa á, at hóast hetta kanningarúrslitið kanska er rætt, so vil slík alkoholinýtsla hvønn dag, hava aðrar trupulleikar við sær, sum kunnu føra til deyða. Eitt nú krabbamein, feittlivur, ferðsluóhapp og heilabløðing.

Öv nógv avgjörd

Danska kanningin, sum Morten Grønbeek, lækni og granskari, almannakunnigjörði í tíðarritinum British Medical Journal, hevur sambært læknunum í USA, bert sundurgreinað samanhingin millum sjúku og nýtslu av reyðvíni hjá fólki.

- Eg haldi, at fimm glös um dagin er í so nógv. Sambært okkara kanningum, so eru trý glös um dagin atvoldin til nógv hægri töl av deyðum, og hesi hava ikki

nakað við æðra- og hjartasjúkur at gera, sigur dr. Arthur Klatsky á Kaiser Permanente Medicinal Center við New York Times.

Brúkarar og heilsubót

Fleiri ameriskir granskarar eru bilsnir um úrslitið í donsku kanningini, sum visir, at øl- og brennivínsnýtsla við máta, ikki hevur somu fyrirbygandi evni, sum nýtslan av reyðvíni hevur á æðra- og hjartasjúkur. Higartil hava serkønr hildið, at tvey glös av reyðvíni um dagin, var heilsugevandi.

Um reyðvínbrúkarar hava betur heilsu enn øl- og brennivínbrúkarar, so kann orsøkin eisini vera, at tey liva øðrvísi.

Vínbrúkarar drekka aftur við matinum, meðan øl- og brennivínbrúkarar hava hug at drekka seg fullar, koyra bil við kenning, o.s.fr., visar aðrar kanningar.

Dagny

eitt slag av antioxidantum, sum eisini eru í t.d. te og jarðberum. Fólki, ið eta kost við høgum flavonoider innihaldi, eru eisini minni í vanda fyrri at fáa hjartasjúkur enn onnur fólki, sigur granskarin, sum ikki av hesum heldur, at fólki bara skulu drekka óavmarkað - ið hvussu so er ikki fyrirbils.

- Henda kanningin er

fyrsta av sínum slag, og tí er tað ov tíðliga at siga nakað á vist um, hvørt tað er heilsugevandi at drekka.

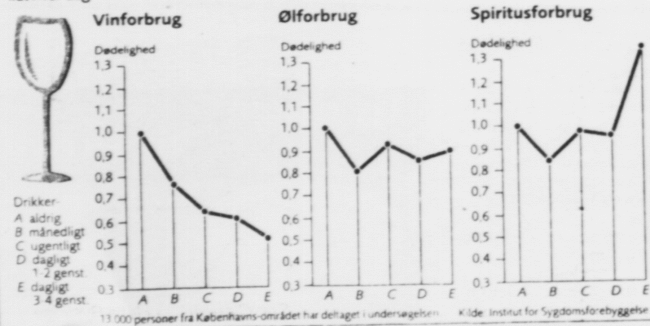
Í næstum fer Morten Grønbeek, granskari, undir nýggja kanning, sum skalt avdúka hvønn týðning tað hevur fyrri heilsuna, um fólki drekka meir enn fimm glös av víni um dagin.

Dagny

Drik lidt og lev længere

De, der drikker meget og de, som intet drikker har en højere dødelighed, end de som drikker lidt hver dag.

Drikker man 3-5 glas vin om dagen, halverer man risikoen for at dø i forhold til de som ikke drikker vin.



J/A/S/P/I KETLAR

**Teir væl-
umtókta ketlarnir
eru á goymslu**

**Bæði dupultir
og einkultir**

Skulu tygum hava nýggjan ketil, so tosið við okkum og fáid eitt gott tilboð. Vit hava serkent fólki, ið geva eina skjóta og góða tænastu.

- Alt tilfar til hitaverk og sanitet fæst hjá okkum.

Umboð:

MARIA Poulsen & Co
Smyrilsvegur 8 - Tlf. 12000

Eliaskirkjan, Vesterbrotorv 49

Møti er hvørt leygarkvöld kl 19.00.

Bussarnir 6, 16, 28 og 41 steðga nærindis.

Nærri fæst at vita á tlf. 031-242268 ella 031-578999.