

齐鲁晚报 2011.3.17 星期四

今日聊城 C08

编辑:凌文秀 组版:肖婷婷

每天一两 对老年人益处多

国外学者经过多年研究表明:老年人适当饮酒能降低冠心病死亡率,以适度饮酒与不饮酒比较,总死亡率为1:1.33,冠心病死亡率为1:3.13。适量饮酒可使全身组织特别是动脉血管平滑肌松弛或扩张,能将血液高密度脂蛋白升高,有利于血压下降及保护心肌细胞。

适当饮酒,对于心脏病患者而言,有助于血管扩张,使血液加速流入缺氧的心肌和身体其他各部,克服一时

呼吸不足的困难。国外学者经过多年的研究表明:老年人适当饮酒能降低冠心病死亡率,以适度饮酒与不饮酒比较,总死亡率为1:1.33,冠心病死亡率为1:3.13。适量饮酒可使全身组织特别是动脉血管平滑肌松弛或扩张,能将血液高密度脂蛋白升高,有利于血压下降及保护心肌细胞。

黄酒:黄酒含有丰富的糖分、甘油、酒精、酯类、氨基酸和维生素等多种营养成

分;集饮料、药用、作料于一身,每升发热量1000—2000卡路里,而且多为低分子糖类和以肽、氨基酸为主的浸出物状态存在,极易为人体吸收,并有镇宁安眠之效。

低度白酒:优质低度白酒刺激性小,醇而不烈。适当饮用能舒筋活血,起到与进行体力活动相同的效果。并能增加血液中高密度脂蛋白,减少低密度脂蛋白,使胆汁、胆固醇含量减少,对于防止胆结石有帮助,还能消除

积累在动脉壁上的有害胆固醇类,起到保护心血管作用。加入中草药材酿造的保健滋补酒及药用酒:如人参酒能补中益气、开胃健脾;枸杞酒能补肾益精、润肺明目;五加皮酒能除风湿、壮筋骨。

因此,一些研究者认为,老年人适量喝点酒是有益身体保健的。但饮用时一定要适量,每天以一两左右为宜,特别是有镇宁安眠之效。因此,一些研究者认为,老年人适量喝点酒是有益身体保健的。但饮用时一定要适量,每天以一两左右为宜,特别是药用酒应遵医嘱。肝炎病患者及饮酒过敏者,则应禁用酒类。(大河报)



名酒畅销品牌推荐榜



中国名酒
全兴大曲

浙江吉利控股集团汽车销售有限公司 | 全球鹰品牌事业部 | 400-886-9888 | www.geely.com

创意未来

全球鹰 GX2

全球鹰颠覆者 潮你而来

3月25日全球鹰GX2金鼎广场荣耀上市 小车颠覆者期待您来试驾

地址: 金鼎购物中心广场 时间: 2011年3月25日 主办: 聊城鲁翔吉利全球鹰4S店

五星安全设计 / VVT科技动力 / 活力运动内饰 / 风尚背负式备胎 / 越野炫酷行李架 / 前后运动包围 / 160mm高通过性底盘

经销商 聊城市鲁翔汽车销售有限公司 电话: 0635-8316600 地址: 聊城市建设路东首一号 莘县龙翔: 7619666 高唐荣兴: 3981555

茌平金达: 4289118 东阿华通: 3275777 冠县顺达: 5287118 阳谷通达: 6391111

高唐荣兴: 3981555 临清鲁翔: 18963558111

全球鹰旗下车型 GC2 GX2 GC3 GC5 GX5 GV5 GP5 GC7 GX7 GS