

## **Alkohol**

### **Alkoholen farligare än vad man tidigare trott**

År 2018 kom en artikel i den ansedda medicinska tidskriften The Lancet som byggde på 83 olika studier från 19 länder. Den visade att faran för att få stroke syns vid en ganska låg alkoholkonsumtion. Vid cirka 7-8 glas vin (15 cl) i veckan så ökar risken för stroke och ju mer du dricker ju högre risk.

Innan den stora studien så beskrev man sambandet mellan alkohol och stroke så här: Alkohol är en riskfaktor för att få hjärnblödning. Det gäller främst vid akut överkonsumtion, det vill säga när vi dricker oss berusade. Långvarigt missbruk av alkohol är också en riskfaktor för såväl blödning som hjärninfarkt. Viktigt är också att komma ihåg att alkohol har en blodtryckshöjande effekt även vid måttlig konsumtion. Alkohol innehåller också en hel del kalorier vilket i sin tur kan ge ökad vikt och ökade kolesterolvärden.

Expertisen hävdar dock att den nya forskningen ska tas som ett riktmärke för alkoholintag. "Det är viktigt att detta uppmärksammas och informationen förs vidare", säger professor Bo Norrving, ordförande i Riksstroke.