

Чрезмерное употребление алкоголя  
вредит вашему здоровью

**ЛЕЧЕБНЫЕ**

**СВОЙСТВА  
АЛКОГОЛЯ**

ВИНО НЕСЕТ И ЯД, И МЕД,  
И РАБСТВО, И СВОБОДУ.  
ЦЕНЫ ВИНУ НЕ ЗНАЕТ ТОТ,  
КТО ПЬЕТ ЕГО КАК ВОДУ



40%VOL

ГОСТ 12712-80

e 0,5L

ПРИНИМАТЬ ПО НАЗНАЧЕНИЮ ВРАЧА

**RUSSIAN VODKA**

# Людмила М. Михайлова

## Лечебные свойства алкоголя

*Издательский текст*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=606255](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=606255)*

*Лечебные свойства алкоголя: Центрполиграф; М.; 2007*

*ISBN 978-5-9524-2633-7*

### **Аннотация**

В этой книге рассматриваются лечебные свойства алкоголя на основе традиционных и современных воззрений. Издревле известно влияние спиртных напитков на организм человека. Однако в народе традиционно сложилось, что при любом застолье без алкогольных напитков не обходятся. Что так привлекает людей к спиртному и что полезно в этих традициях? Ответы вы найдете на страницах этой книги.

# Содержание

ВВЕДЕНИЕ	5
НЕМНОГО ИСТОРИИ	10
ЦЕЛЕБНЫЕ ОСНОВЫ АЛКОГОЛЯ	13
Физиологические механизмы	13
Конец ознакомительного фрагмента.	19

# Людмила Михайлова

## Лечебные свойства алкоголя

*Все хорошо, друзья, что в меру.  
Возьмем вино мы для примеру:  
Вина избыток – как трава,  
А в меру выпьешь, как отрада!  
Не наливай вина глупцу,  
Полезно пить лишь мудрецу.  
Вино смывает все печали  
И открывает мыслям дали.  
Но зря его ты не глуши,  
Вино – напиток для души!  
Кто много пьет, тот враг себе  
И сам вредит своей судьбе.  
Кто мало пьет – душой незрел,  
Но тот, кто в меру пьян, – прозрел.*

*Абу-Али Ибн Сина*

# ВВЕДЕНИЕ

Какой же праздник, будь то свадьба, день рождения, именины, встреча с друзьями и особенно новогодний праздник, самый радостный и веселый, обходится без бутылки шампанского, без бутылки хорошей водки, без добрых тостов, без звона бокалов? И по сей день не утихают споры и разворачиваются целые дискуссии на тему: алкоголь – это хорошо или плохо?

Замечено, что в зонах развитого виноделия и умеренного, хотя и постоянного потребления вина люди меньше подвержены атеросклерозу и сердечно-сосудистым заболеваниям, потребление вина в разумных пределах сдерживает появление жира в печени и холестерина в крови, печени и надпочечниках.

Но, как и каждое лекарство, принимаемое в избыточном количестве, вино-водочные напитки становятся ядом. Так что все зависит от дозы и чувства меры. Мера мерой, но трудно признать за алкоголем хорошие качества, видя разрушительные последствия пьянства, от которого страдают все: каждый конкретный человек, семья, общество, экономика и т. д.

Можно вполне резонно заметить: а при чем тут само вино, водка? Скажем, «автомобилизация» нашей жизни приводит к росту несчастных случаев. Но ведь при этом никто не пред-

лагают отказаться от автомобилей, прочно вошедших в повседневный наш быт. Выход в ином: улучшить сами машины, совершенствовать организацию движения и, что не менее важно, изучать его правила. Везде нужен разумный подход.

Большинство за новогодним столом, поднимая сверкающие хрустальные бокалы с шампанским, скажут: пьянство – это плохо, очень плохо, вино же в меру – что ж тут скверного? Несколько глотков вина после еды улучшают работу пищеварительного тракта, крепкие напитки и аперитивы (несколько глотков до еды, не более 50–100 г) повышают аппетит, благотворно влияют на работу желез внутренней секреции.

В России было принято пить рюмку водки перед обедом. Для аппетита. В разных странах свои традиции. И связаны они не с ростом пьянства. В винодельческих странах к вину относились как к лекарству.

Водка (от слова «вода») приготавливается из зерна ржи, пшеницы, кукурузы, ячменя и других пищевых продуктов. Для придания особого вкуса и запаха ее настаивают на душистых растениях: корице, мяте, можжевельных и других ягодах, подслащают медом, раньше отдушивали ладаном.

Основное сырье для производства водки – этиловый спирт и вода в определенных соотношениях. Их тщательно фильтруют, а затем обрабатывают березовым активным углем.

Водки различают по вкусу, зависящему от качества спирта и воды и от характера вкусовых добавок: сахар, мед, лимонная кислота, уксуснокислый натрий, питьевая сода и др.

В настоящее время выпускается множество названий, наиболее распространенные: Русская, Сибирская, Старорусская, Столичная, Посольская, Пшеничная, Экстра. Содержание спирта в водках отечественного производства 40–56 %.

В нашей стране, по данным Центра профилактической медицины, считается безопасным потребление не более 20 г алкоголя в день. Это 7,3 л чистого алкоголя в пересчете на год. ВОЗ считает опасным для существования нации потребление 8 л алкоголя в год на человека. В России потребляют 15–16 л алкоголя в год на человека.

«Алкоголь» – слово арабского происхождения, означает «тонкий, летучий порошок». Водка – спиртовой напиток, смесь очищенного этилового спирта (40–56 %) с водой, обработанная активированным углем.

Что пьянство вредно – прописная истина. Еще Шекспир дал красочное определение алкоголя: «Люди впускают врага в свои уста, и он похищает их мозг».

Спиртные напитки известны с незапамятных времен.

В средневековой Европе монах-алхимик Валентаус в процессе опытов получил «волшебный» напиток – «эликсир жизни». Отведав этой жидкости с резким запахом, человек ощущал прилив сил, бодрости, свежести и веселья. То, что после употребления так называемого «эликсира» у многих

людей появлялась рвота и наркотический сон, не настораживало монахов, считавших подобное явление несущественным. Так под маской «эликсира жизни», «эликсира молодости» появился на свет коварный искуситель – этиловый спирт, самый концентрированный алкоголь в истории человечества.

Некоторое время техника получения этого вещества оставалась тайной алхимических лабораторий, но уже с VII века началось производство спирта во многих странах. Джин, водка, виски, ром – дети и внуки этилового спирта – постепенно проникали во все государства и континенты. Бурные ветры эпохи географических открытий вместе с каравеллами Колумба, Васко да Гамы и Магеллана разнесли и алкоголь по всему миру. Захват новых территорий, закабаление народов Азии, Африки, Америки сопровождалось употреблением спиртных напитков местными жителями.

На Руси торговля вином была выгодным делом. Царь Иван Грозный, поняв это, открыл на Балчуге в Москве первый «царев кабак», названный так за то, что большая часть прибыли шла в казну. В дальнейшем водка превратилась в одну из главных статей дохода.

Водка в современном понимании – «крепкий спиртной напиток» известна во многих странах мира. В России водку звали долгое время вином. Другим спиртным напитком в Древней Руси был мед. Готовили на Руси и квас, легкий алкогольный напиток, и пиво. Употребляли забродивший сок

березы – березовицу пьяную, получаемую путем естественного сбраживания сока ягод, березы, меда.

В других странах тоже широко употребляют крепкие спиртные напитки – французский коньяк, русскую водку, ямайский ром, шотландское виски, английский джин, немецкий шнапс.

# НЕМНОГО ИСТОРИИ

Лечебные свойства виноградных вин были известны еще в древности. Вином как лечебным средством пользовались врачи при осаде Трои. В «Илиаде» Гомера давали вино раненым и старикам для восстановления сил и пользовались им при перевязке. В I в. н. э. Цельсий, Плиний и Диоскорид советовали применять его при самых разнообразных болезнях.

Широко осветил физиологические и лечебные свойства вина Гиппократ, указывая на его применение при различных заболеваниях и на противопоказания в некоторых случаях. «Вино, – говорил он, – удивительно приспособлено к организму человека, как здорового, так и больного». Он отчетливо различал вина по их свойствам и, следовательно, назначению и придавал особенное значение вину при восстановлении сил, например у стариков, одновременно указывал и на случаи, когда вино противопоказано. Он также пишет, что при глазных заболеваниях хорошо помогает употребление неразбавленного вина.

Знаменитый Асклепиад, обосновавшийся в Риме, известен своей диетической медициной, где отведено место и вину. Характерны его слова: «Могущество богов едва равняется пользе вина».

Авиценна писал, что «умеренное употребление вина способствует прохождению пищи, улучшает пищеварение и вос-

становливает притупившийся аппетит». Более 200 лекарственных средств, описанных Авиценной в «Каноне врачебной науки», готовится на вине, так как он видел в вине средство, мобилизующее собственные силы организма. Именно поэтому он заканчивает главу о напитках следующими словами: «Вознесем же хвалу Аллаху, который сделал вино лекарством, помогающим природным силам».

Авиценна признавался: «Если меня одолевал сон или я чувствовал усталость, то бывал вынужден выпить кубок вина, и ко мне возвращались мои силы».

Положительное лечебное действие вина доказывалось и в Средние века, и в последующее время.

В настоящее время виноградное вино в Западной Европе стало объектом многочисленных клинических исследований. Там насчитываются сотни работ о применении вина в медицине.

Итальянские ученые Альбертони и Росси представили в Болонскую Академию наук работу, посвященную влиянию вина на человеческий организм. Вот заключения, к которым приходят авторы:

1. Вино почти всецело сгорает и служит для поддержания температуры тела и жизнедеятельности.

2. Будучи принято в умеренном количестве, вино увеличивает выделение соков желудочно-кишечного тракта и особенно соляной кислоты, словом, благоприятно действует на пищеварение.

3. Вино – сберегательное средство для жиров и белков человеческого тела.

4. Вино действует как возбуждающее средство, как средство, укрепляющее нервную систему и, наконец, повышающее гемоглобин.

Вино – средство питательное, восстанавливающее, возбуждающее, вяжущее и мочегонное. Как терапевтическое средство вино употреблялось во все времена. Как возбуждающее средство вино дают теплым и с прибавкой сахара; шампанское дается как противорвотное средство; крепкие вина рекомендуются для стариков, тифозных и туберкулезных больных.

# ЦЕЛЕБНЫЕ ОСНОВЫ АЛКОГОЛЯ

## Физиологические механизмы

Вкус и обоняние вместе с тактильными и температурными ощущениями становятся все более чувствительными с ростом культуры. Влияние вкусовых ощущений сказывается на всей сознательной жизни человека.

Из всех пищевых продуктов наиболее богатыми вкусовыми качествами, несомненно, обладают виноградные вина, представляющие бесконечную гамму вкусовых оттенков. Недаром виноградные вина в древности назывались «напитком богов», воспевались и воспеваются поэтами всех стран и времен.

Вино обладает потенциальной энергией, используемой организмом почти полностью. Литр сухого вина дает около 600–700 калорий. Более калорийны десертные сладкие вина с большим содержанием сахара.

Прежде чем перейти к показаниям к винотерапии и к способам применения, необходимо хотя бы кратко остановиться на химическом составе виноградного сока и на том немногом, что нам известно о физиологическом и терапевтиче-

ском свойствах виноградных вин, так как эти свойства зависят от совокупного влияния входящих в его состав веществ, удачной комбинации многих солей, кислот, сахара и др.

Больше всего в виноградном соке воды – 70–80 %, Сахаров от 20 до 30 %, в зависимости от местности и от сорта винограда. Около 1,5 % азотных веществ. Затем стоят растительные кислоты: яблочная, лимонная, щавелевая и др. Кроме того, соли органических кислот, главным образом кислый виннокислый калий, незначительное количество красящих и дубильных веществ; растительная слизь, пектин, эфирные масла и, наконец, минеральные вещества: калий, натрий, известь, магний, железо, алюминий, марганец, хлор, фосфорная и кремневая кислоты. Сухого остатка до 2–3 %.

Установлено, что вода виноградного сока разжижает секреты и экскреты, усиливает мочеотделение, способствует удалению продуктов жизнедеятельности, разжижает в кишечнике содержимое, чем способствует продвижению каловых масс, наконец, вызывает прилив крови к коже, усиливая испарение через кожу и легкие.

Виноградный сахар помимо того, что является быстроусвояемым и, следовательно, высокопитательным продуктом, при неполном расщеплении разлагается на молочную, уксусную и другие кислоты, которые, соединяясь с щелочами, выводятся почками и кишечником, действуя мочегонно и усиливая перистальтику.

Кроме того, доказано, что виноградный сахар понижает

процессы кишечного гниения. По некоторым работам, виноградный сахар также увеличивает отделение желчи.

Менее всего изучены в вине минеральные соли, а также растительные кислоты и их соли. Прежде всего они играют роль вкусовых веществ. Благодаря им виноград получает нежный, приятный, слегка охлаждающий вкус. Их действие суммируется с действием других кислот, образующихся из сахара в процессе брожения, и тем самым они улучшают работу желудочно-кишечного тракта и других органов.

Витамины группы В и С разрушают холестерин и перерабатывают его в желчные кислоты, которые затем также выводятся из организма.

Компоненты вина, составленные из основных органических элементов: водорода, кислорода, азота, углерода, являются питательными, так как принимают участие в пластических процессах и обмене веществ.

*Несколько глотков вина после еды улучшают работу пищеварительного тракта*

Хотя содержание азотистых веществ невысоко, ценными для организма являются аминокислоты, которых в сухих винах найдено до 19.

Содержащиеся в вине микроэлементы являются катализаторами и регуляторами обмена веществ. Некоторые из них входят в состав ферментов (например, железо и медь в окислительных ферментах) и гормонов (йод в составе тироксина).

Вино, как это видно из его свойств, обогащает организм важнейшими витаминами и другими биокатализаторами.

Вместе с вином в организм вводятся важнейшие для него элементы – калий и фосфор.

В последнее время в результате опытов некоторые авторы пришли к выводам, что меньшая величина алкоголя в крови из вина по сравнению с количеством алкоголя в крови после употребления водно-спиртового раствора такой же крепости указывает на присутствие в вине каких-то веществ, которые уменьшают токсичность спирта. Это весьма важно, когда требуется энергетические, легко усвояемые вещества. Вино способствует увеличению мускульной работы, экономии протеинов, углеводов и жиров и уменьшению выделения из организма азота.

Ряд авторов рекомендует вино как противоядие от укусов змей и других ядовитых животных. Другие авторы считают вино противоядием от алкалоидов. Особенно показательно действие вина на стрихнин и спортеин.

В опытах Ламброзо кролики под воздействием вина переносили дозу стрихнина в два раза выше смертельной.

Обнаружено также действие вина на токсины кишечника и на дифтерийный токсин. Растворы только спирта обладают меньшими антитоксическими свойствами, чем виноградное вино.

Известно, что соли органических кислот, сгорая в организме (как и при озолении вина), превращаются в карбона-

ты. Поэтому вино, несмотря на кислую реакцию и кислый вкус, накапливает в организме щелочи. Литр виноградного сока приравнивается к 6 граммам углекислой соды. Литр вина эквивалентен несколько меньшему количеству соды. При этом благоприятно большее содержание калия в вине, чем натрия, так как калийные соли накапливаются клетками.

Непрямое действие вина на желудок и пищеварительный тракт отмечается увеличением аппетита и лучшим усвоением пищевых веществ; рН вина (2,7–3,2) близко к рН желудочного сока. Увеличивается секреция слюнных желез, и вино действует рефлекторно через нервы ротовой полости, а также психически (через вкус и запах). Увеличивается секреция пищеварительных желез, что способствует регуляции как самой секреции, так и моторной функции желудка при их функциональных расстройствах.

*Крепкие напитки и аперитивы (не более 50–100 г) повышают аппетит и благотворно влияют на работу желез внутренней секреции*

При хронических воспалительных заболеваниях желудка (гастриты с пониженной и повышенной кислотностью) без органических нарушений моторной функции вино уменьшает количество слизи, облегчает чувство тяжести и боли в подложечной области и способствует устранению запоров, часто сопровождающих подобного рода заболевания.

В умеренном количестве перед едой белое вино возбуждает клетки печени, способствует оттоку желчи в двенадцать

типтерстную кишку и увеличивает мочеотделение; активируется амилаза печени и уменьшается содержание в ней гликогена. Чем более вино способствует выведению жидкости (а таким является в особенности белое), тем легче удаляются вредные продукты: фенолы, индол, скатол в виде парных соединений и токсины.

О воздействии вина на функцию почек:

1. Вино сухое, обладая умеренным диуретическим действием, не искажает кривой нормального мочеотделения.
2. Не меняя в сколько-нибудь значительной степени состава мочи, оно вызывает сдвиг рН в кислотную сторону.
3. Сильным диуретическим действием с нарушением монотонности кривой мочеотделения отличается спиртное виноградное сусло (так называемое сифоне).

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.