

Gesundheitsfördernde Verbindungen

Länger leben mit dem »richtigen« Rotwein

Weine weisen je nach Herkunft unterschiedlich hohe Anteile gesundheitsfördernder Verbindungen auf. Wie britische Forscher berichten, schwankt die Konzentration der Polyphenole im Wein von Anbaugbiet zu Anbaugbiet. Frühere Studien hatten bereits vor allem Rotwein bei mäßigem Konsum eine Wirkung bei der Vorbeugung von Herzerkrankungen und Durchblutungsstörungen zugeschrieben. Am höchsten ist der Anteil von Polyphenolen in Weinen aus dem südwestfranzösischen Département Gers und aus der Provinz Nuoro auf der italienischen Insel Sardinien. Beide Gegenden sind laut dem Bericht für die Langlebigkeit ihrer Bewohner bekannt.

In ihrem Test hätten die Forscher endotheliale Zellen benutzt, die in Arterien zu finden sind, schreibt Robert Corder vom Queen Mary's William Harvey Research Institute in London. Sie fanden dabei die am stärksten aktive Gruppe aus der Polyphenol-Familie, die Procyanidine. In Weinen aus dem Gers und von Sardinien war deren Konzentration teilweise zwischen fünf- und zehnmal höher als in Tropfen aus Anbaugebieten in Australien, Südafrika oder den USA. Das Geheimnis beider Weine liegt laut dem Bericht möglicherweise in ihrer traditionellen Anbau- und Verarbeitungsweise. Diese führe dazu, dass die Procyanidine im größtmöglichen Maße im Rebsaft erhalten blieben, erklärte Corder. Im Département Gers werde für den dortigen Wein zudem fast ausschließlich die eher seltene Tannat-Rebsorte benutzt, die einen hohen Anteil des Stoffes enthalte. „Dies könnte die starke Verbindung zwischen dem Konsum von Tannin-Weinen mit generell guter Gesundheit erklären, die in einer längeren Lebenserwartung zum Ausdruck kommt.“

<http://www.meduniqa.at/3658.0.html>



Titel/Thema: Traditioneller Rotwein schützt vor hohem Blutdruck

URL: <http://www.meduniqa.at/index.php?id=3692>

Traditioneller Rotwein schützt vor hohem Blutdruck

Tannat-Trauben enthalten mehr Procyanidine

London (APA/dpa) - Traditionell gekelterter französischer Rotwein senkt den Blutdruck sehr effektiv und beugt damit der Arterienverkalkung vor. Das berichten Forscher um Roger Corder von der Queen Mary Universität in London im Journal "Nature". Ursache des Effekts sind die so genannten Polyphenole zurück. Zu diesen Substanzen gehören unter anderem Gerb- und Farbstoffe, die auch zum Geschmack des Weins beitragen.

Die britischen Forscher haben nun jene Polyphenole identifiziert, die für den Schutz der Arterien verantwortlich sind. Es handle sich dabei um so genannte Procyanidine, die bis zu 50 Prozent aller im Wein enthaltenen Polyphenole ausmachen.

Die Forscher wiesen in Laborversuchen nach, dass die Procyanidine die Herstellung eines gefäßverengenden Eiweißes Endothelin-1 unterdrücken. Die genaue Wirkweise der Substanzen im Körper müsse nun im Detail untersucht werden. Corder errechnete aber, dass pro Tag ein Viertelliter eines Weins mit viel Procyanidin bereits den Blutdruck senke. Hoher Blutdruck schädigt die Innenwand der Arterien ist einer der Risikofaktoren für Arterienverkalkung.

Es stellte sich heraus, dass Weine aus zwei kleinen Regionen in Südwestfrankreich und in Sardinien bis zu vier Mal mehr Procyanidine enthielten als andere, heißt es in "Nature". Tatsächlich waren dies auch jene Regionen, in denen die Menschen auffallend alt wurden, berichten die Forscher weiter.

Besonders viele Procyanidine sind in Traubenkernen enthalten. Bei der traditionellen Weinherstellung, wie sie in diesen beiden Regionen gepflegt wird, würden die Trauben zusammen mit den Kernen und den Schalen für drei bis vier Wochen vergoren, erklärt Corder. Das ließe genug Zeit für eine vollständige Extraktion der Procyanidine. Moderne Weine hingegen vergären höchstens eine Woche, wobei der Traubenschale vor allem die Farbe entzogen werde.

Außerdem sei die in Südfrankreich vorrangig verwendete Traube mit dem Namen Tannat sehr reich an diesen gesundheitsfördernden Substanzen. Die traditionelle Weinherstellung sei aufwendiger und teurer als moderne Verfahren und daher heute wenig verbreitet, ergänzte Corder.

<http://www.manager-magazin.de/life/gesundheit/0,2828,451313,00.html>

manager-magazin.de, 01. Dezember 2006, 08:31 Uhr

<http://www.manager-magazin.de/life/gesundheit/0,2828,451313,00.html>

Rotwein tut gut

Französischer Rotwein senkt den Blutdruck und beugt damit der Arterienverkalkung vor. Das funktioniert allerdings nicht bei allen Weinen roter Farbe, es muss schon traditionell gekelterter Wein aus ganz bestimmten Regionen sein. Zu diesem Ergebnis kommt eine Gruppe von Forschern der Queen Mary Universität in London.

London - Traditionell gekelterter französischer Rotwein senkt den Blutdruck sehr effektiv und beugt damit der Arterienverkalkung vor. Das berichtet eine Gruppe um Roger Corder von der Queen Mary Universität in London im Journal "Nature" (Band 444, Seite 566).

Rotwein: Kann bei Bluthochdruck helfen

Die Wissenschaftler führen den Effekt, dass traditionell gekelterter französischer Rotwein den Blutdruck senkt, auf die so genannten Polyphenole zurück. Zu diesen Substanzen gehören unter anderem Gerb- und Farbstoffe, die auch zum Geschmack des Weins beitragen. Die britischen Forscher haben nun jene Polyphenole identifiziert, die für den Schutz der Arterien verantwortlich sind. Es handle sich dabei um so genannte Procyanidine, die bis zu 50 Prozent aller im Wein enthaltenen Polyphenole ausmachen.

Die Forscher wiesen in Laborversuchen nach, dass die Procyanidine die Herstellung eines gefäßverengenden Eiweißes, des Endothelin-1, unterdrücken. Die genaue Wirkweise der Substanzen im Körper müsse nun im Detail untersucht werden. Corder errechnete aber, dass pro Tag ein Viertelliter eines Weins mit viel Procyanidin bereits den Blutdruck senke. Hoher Blutdruck schädigt die Innenwand der Arterien ist einer der Risikofaktoren für Arterienverkalkung.

Im nächsten Schritt prüften Corder und seine Kollegen, ob der Wein seine schützende Wirkung auch außerhalb des Labors entfaltet. Dazu verglichen sie die Procyanidin-Konzentration verschiedener Weinsorten mit dem Lebensalter der Menschen in der Ursprungsregion dieser Weine.

Dabei stellte sich heraus, dass Weine aus zwei kleinen Regionen in Südwestfrankreich und in Sardinien bis zu vier Mal mehr Procyanidine enthielten als andere, heißt es in "Nature" Tatsächlich waren dies auch jene Regionen, in denen die Menschen auffallend alt wurden, berichten die Forscher weiter.

Besonders viele Procyanidine sind in Traubenkernen enthalten. Bei der traditionellen Weinherstellung, wie sie in diesen beiden Regionen gepflegt wird, würden die Trauben zusammen mit den Kernen und den Schalen für drei bis vier Wochen vergoren, erklärt Corder. Das ließe genug Zeit für eine vollständige Extraktion der Procyanidine. Moderne Weine hingegen vergären höchstens eine Woche, wobei der Traubenschale vor allem die Farbe entzogen werde.

Zudem sei die in Südfrankreich vorrangig verwendete Traube mit dem Namen Tannat sehr reich an diesen gesundheitsfördernden Substanzen. Die traditionelle Weinherstellung sei aufwendiger und teurer als moderne Verfahren und daher heute wenig verbreitet, ergänzte Corder.

<http://www.vinum.info/de/detalle6.jsp?id=12049>

Wein & Gesundheit: Herzensangelegenheit

Wenn ein Wein gut für Herz und Kreislauf sein soll, dann sind Gärzeit und Weinbereitung ebenso wichtig wie die Traube. Das beweist eine neue Studie.

«Der Wein, den wir hier trinken, ist der gesündeste der Welt.» Dr. Roger Corder ist sich seiner Sache sicher. Er sitzt in der Londoner Weinbar «Gascon» nahe dem William-Harvey-Institut für Kreislaufforschung. Dort arbeiteten er und sein Team an einem Experiment, das erstmals die Wechselwirkung der Rebsorte und deren Vinifizierung auf das Gefässsystem untersuchte. Das Ergebnis liegt vor ihm auf dem Tisch, es könnte die Lösung sein für das French Paradox (siehe Kasten).

Roger Corder und seine Kollegen haben 28 Weiss-, Rot und Roséweine entkorkt und etwas davon in kleine Glasschalen gegossen. Der Alkohol wurde davor durch Erwärmung entfernt. In die 28 Schalen legten sie dann Blutgefässzellen. Die stammen von Rindern, doch bei den Gefässen sind die Unterschiede zum Menschen gering. Das Team interessierte ein Hormon namens Endothelin, das die Blutgefässe stark verengt und dadurch den Blutdruck steigen lässt. «Dies ist entscheidend bei der Gefässverkalkung», sagt Corder.

Sein Experiment überraschte mit einem eindeutigen Sieger: die Madiran Cuvée Charles de Batz, hergestellt aus Tannat-Trauben und angebaut in der südwestfranzösischen Weinregion Gascogne. Sie ist dunkel und voller Tannin. Ein Wein, zu dem man sich ein Glas Wasser wünscht. Stark wie kein anderer, hemmte er die Endothelinsynthese. Damit zeigt die Studie: Nicht Rotwein an sich schützt vor Herzerkrankungen, sondern Inhaltsstoffe, die bei Trauben wie Tannat oder Cabernet Sauvignon nach längerer Gärung freigesetzt werden. Die optimale Kombination der Faktoren Traube und Weinbereitung finde man in Südwestfrankreich, in jenen Regionen, wo das French Paradox beschrieben wurde.

Corder hat mit Dutzenden Winzern gesprochen: «Die ungesündesten Weine hatten Gärzeiten von vier bis fünf Tagen. In Südfrankreich, bei den Weinen, die die Endothelinsynthese blockierten, betrogen sie bis zu drei Wochen.»

Die spannendste Frage ist allerdings: Wie kann der Verbraucher gesunden Wein erkennen? Corder ist vorsichtig: «Am ehesten sind es schwere, gerbsäurehaltige Weine, dunkle Rote, zu denen man unbedingt etwas zu essen braucht.»

Philipp Grätzel von Grätz

Nachgefragt

Roger Corder, Professor für Kardiologie, Harvey Institute, London

Sollen wir jetzt täglich in grossen Mengen Tannat-Weine trinken, um uns vor Herzinfarkten zu schützen?

Das ist die grösste Gefahr der Studie. Jemand liest sie und sagt: Klasse, jetzt trinke ich noch ein bisschen mehr Rotwein und tue damit etwas für meine Gesundheit. Unsere Forschung legt nahe, dass es tatsächlich einige wenige Rotweine gibt, die eine schützende Wirkung auf Blutgefässe haben. Leider kann man das als Weinkäufer nicht so einfach erkennen.

Welches Weinrätsel wollen Sie als nächstes lösen?

Der Traum, die grosse Idee, wenn Sie so wollen, ist es, aus diesen schützenden

Polyphenolen ein Medikament herzustellen, eine Tablette zum Beispiel. Die könnten Sie dann schlucken um Ihre Blutgefässe zu schützen, ohne dass Sie den Gefahren des Alkohols ausgesetzt wären.

Welche Rolle spielt die mediterrane Ernährung, von der man in letzter Zeit so viel hört?

Die mediterrane Ernährung ist vergleichsweise arm an rotem Fleisch und so genannten gesättigten Fettsäuren. Sie scheint vor Herzinfarkten und anderen Blutgefässproblemen schützen zu können. Noch ist nicht klar, wie sie das macht. Es ist überhaupt völlig unklar, wie Wein und Ernährung, ob mediterran oder nicht, zusammenwirken. Welchen Einfluss hat ein Stück Brot darauf, wie die Polyphenole aus dem Wein im Darm aufgenommen werden? Das weiss kein Mensch.

Ein komplex-feuriger Genuss: Rumtopfrüchte, Brom- und Waldbeeren, saftiges Schokofinale. 2001 Charles de Batz, Domaine Berthoumieu, 11,90 Euro bei Pinard, Tel. 06831-12 27 29.

<http://www.nature.com/nature/journal/v444/n7119/abs/444566a.html>

Journal home > Archive > Brief Communications > Abstract

Brief Communications

Nature 444, 566 (30 November 2006) | doi:10.1038/444566a; Received 29 August 2006; Accepted 9 November 2006; Published online 29 November 2006

Oenology: Red wine procyanidins and vascular health

R. Corder¹, W. Mullen², N. Q. Khan¹, S. C. Marks², E. G. Wood¹, M. J. Carrier¹ and A. Crozier¹

Regular, moderate consumption of red wine is linked to a reduced risk of coronary heart disease and to lower overall mortality¹, but the relative contribution of wine's alcohol and polyphenol components to these effects is unclear². Here we identify procyanidins as the principal vasoactive polyphenols in red wine and show that they are present at higher concentrations in wines from areas of southwestern France and Sardinia, where traditional production methods ensure that these compounds are efficiently extracted during vinification. These regions also happen to be associated with increased longevity in the population.

William Harvey Research Institute, Barts and the London, Queen Mary's School of Medicine and Dentistry, London EC1M 6BQ, UK

Plant Products and Human Nutrition Group, Institute of Biomedical and Life Sciences, University of Glasgow, Glasgow G12 8QQ, UK

Correspondence to: R. Corder¹ Email: r.corder@qmul.ac.uk

<http://www.nature.com/nature/journal/v414/n6866/abs/414863a.html>

Journal home > Archive > Brief Communications > Abstract

Brief Communications

Nature 414, 863-864 (20 December 2001) | doi:10.1038/414863a

Health: Endothelin-1 synthesis reduced by red wine

Roger Corder¹, Julie A. Douthwaite¹, Delphine M. Lees¹, Noorafza Q. Khan¹, Ana Carolina Viseu dos Santos¹, Elizabeth G. Wood¹ and Martin J. Carrier¹

Statistical evidence of reduced coronary heart disease in areas of high wine consumption has led to the widespread belief that wine affords a protective effect^{1, 2}. Although moderate drinking of any alcohol helps to reduce the incidence of coronary heart disease^{3, 4}, there is no clear evidence that red wine confers an additional benefit⁵. Here we show that red wines strongly inhibit the synthesis of endothelin-1, a vasoactive peptide that is crucial in the development of coronary atherosclerosis⁶. Our findings indicate that components specific to red wine may help to prevent coronary heart disease.

William Harvey Research Institute, Barts & the London School of Medicine & Dentistry, Queen Mary University of London, Charterhouse Square, London, EC1M 6BQ, UK

Correspondence to: Roger Corder¹ e-mail: Email: r.corder@qmul.ac.uk