

红葡萄酒对健康的影响： 我们目前处于什么阶段



近年来，红葡萄酒的研究一直围绕着白藜芦醇，以及其是否可以延长寿命、预防癌症、治疗老年痴呆症。但是，葡萄酒对人类健康的好处还有很多。自人类出现以来，葡萄酒加入到水中用来杀菌，或作为卫生的饮品来消耗掉。最近，人们正在研究葡萄酒尤其是红葡萄酒的抗菌特性，以防止蛀牙。

20世纪80年代，红葡萄酒对心脏健康的益处开始显现。许多研究表明，红葡萄酒与心脏病、中风发病率较低，以及心脏病死亡率低存在一定的关系。

美国马萨诸塞州布利甘和妇女医院(Brigham and Women's Hospital)医学副教授Howard Sesso博士称：“与癌症和老年痴呆相比，红葡萄酒预防心脏疾病、糖尿病和其它心血管疾病的证据更加充足。”

但后来的研究表明，其它酒精饮料如啤酒和烈酒，似乎也有利于心脏健康，从而使人们对红葡萄酒的看法发生了转折。

目前，红葡萄酒对癌症和老年痴呆症的功效还不清楚，有些研究表明会增加患病的风险，有些则表明会降

低风险。最近研究发现，饮用红葡萄酒的人患癌症的风险更高，例如乳腺癌和肝癌。但是这些研究也存在一些问题，比如饮用红葡萄酒或者其他酒精饮品的人可能与非饮酒者在饮食、运动量和吸烟状况等方面存在差异。

目前的研究表明，除了服用药物或者有酗酒历史的人群，每天饮用一杯红葡萄酒或含酒精的饮料很安全，而且有益于心脏健康。然而，过度饮酒的危害也非常明确，例如肝病、酒后驾驶和家庭暴力等。

下面，介绍一下这些年来人们对葡萄酒的观点是如何改变的：

2005年：
红葡萄酒可以预防前列腺癌吗？

进入21世纪，大量的报道称红葡萄酒可以预防癌症。2005年，一项研究首次发现葡萄酒对预防前列腺癌有一定功效，虽然这种作用可能很小。研究发现，男性每周多喝一杯红葡萄酒，前列腺癌风险可能降低6%。然而，后来对大量适度饮酒者进行的调查并没有发现红葡萄酒与前列腺癌风险之间存在联系，所以，红葡萄酒是否可以预防前列腺癌至今尚无定论。

2007年：
红葡萄酒可以防止蛀牙

虽然自从19世纪后期，人们就知道红葡萄可以杀死污水中的细菌，但直到2007年，科学家才指出红葡萄酒也可以防止蛀牙。研究发现，无论是红葡萄酒还是白葡萄酒，都可以阻止链球菌的生长，而红葡萄酒比白葡萄酒的功效更强，可能是其中的酸类物质造成的。

2013年：
男性喝葡萄酒可提高性欲，但可能降低生育能力

2013年的一项研究表明，红葡萄酒中有一种成分类似雌激素，可以促进精子的繁殖。服用一段时间后，精子更容易流向男性的生殖器官。

2014年的研究则反对人们经常饮酒，研究发现每周饮酒量超过5杯的男性，精子和睾丸素比不饮酒的人要少。但另一项研究又称，适量饮酒的人比完全不喝酒的人性欲更好。

2015年：治疗老年痴呆症的下一种药物会在葡萄酒中发现吗？

十几年前，人们发现白藜芦醇可以分解β-淀粉蛋白，这种蛋白被认为与老年痴呆症有关。最新研究发现，白藜芦醇可能抑制老年痴呆症患者体内的β-淀粉蛋白在人脑中积累。但是，这项研究仍然存在很多疑问，最重要的问题是白藜芦醇是否可以使老年痴呆症好转。另外，如果要摄入研究中提到的白藜芦醇剂量的话，人们必须饮用1000瓶红葡萄酒。

2015年：
仔细研究癌症风险

一直以来，红葡萄酒与癌症的关系非常复杂，但是今年有所好转。研究表明，对适度饮酒的人来说，红葡萄酒可以降低前列腺、肺癌和结肠癌的风险；而对过量饮酒的人来说，则可能增加肺癌、结肠癌、肝癌、胃癌和乳腺癌等癌症的风险。

为什么说自酿葡萄酒对身体不好？



1、自酿葡萄酒会被细菌污染有害身体？

大家都知道，细菌广泛存在于自然环境中，很难完全隔绝。在自酿葡萄酒的过程中，极有可能产生对人体有害的细菌，这就需要分析具体的细菌种类及数量了。如果不是致病菌，一般就不会有影响。如果是致病菌，且数量达到一定水平，就会对人体产生危害。

实际上，一般自酿葡萄酒灭菌都不怎么彻底，或者操作并不规范，这时很可能会混入一些对身体有害的致病菌。

2、自酿葡萄酒容易甲醇超标并酒精中毒？

植物组织在发酵过程中，几乎不可避免的会产生甲醇。因为，植物细胞壁中含有的果胶本质是半乳糖醛酸聚糖，其侧链可被酯化。酯化的果胶在果胶酶作用下会产生甲醇。因此，不论是工业生产还是自酿，葡萄酒发酵过程中都会产生甲醇。

不过，相比自酿，工业化生产葡萄酒时，一般都会通过提前处理、改良菌种、改善工艺等方法来降低甲醇含量，使之达到安全标准。而自酿葡萄酒因技术条件及知识水平的限制，从而对酒中甲醇含量未知，导致饮用后出现安全问题。不过，因为自酿过程中，葡萄酒未经蒸馏，一次不会造成甲醇富集。所以也不一定会使人中毒。

3、自酿葡萄酒相关建议

在自酿前，可以先找专业人士请教，或多看几本专业书籍，学会了方法后再进行自酿。因为如果盲目自酿，不仅会浪费时间和材料，还很难酿出好葡萄酒，更甚者还会使酿出的酒有安全隐患。因此一定要注意合理操作，确保操作规范、灭菌彻底。

灭菌首先应该做到在酿酒过程中，每一个关键环节都要对所用的器具、容器做好灭菌处理，不要给有害菌留下可乘之机。

谁说氧化的葡萄酒不能喝

当你满怀期待地打开一瓶珍藏已久的葡萄酒，想象着瓶中那一抹深沉的红色即将伴着怡人的香气倾泻而出，然而扑鼻而来的却是令人不悦的霉味，这无疑是一件扫兴的事。这之中的罪魁祸首就是氧气。氧化的葡萄酒是大多数人眼中的次品，然而许多人不了解的是，轻微氧化的葡萄酒其实也有其独到之处。

轻微氧化的葡萄酒是十分难得的，因为稍不留神，葡萄酒就以迅雷不及掩耳之势氧化到不能享用的程度了。因此各大酒庄用尽千方百计，比如发酵时在罐内加入氮气以隔绝氧气，或是在装瓶时使用密封效果近乎完美的瓶塞，生怕一丁点儿氧气趁虚而入，破坏葡萄酒的风味。

葡萄酒的氧化过程主要涉及酵母菌和醋酸菌两种细菌。酵母菌主要作用于葡萄酒的发酵阶段，在此过程中，如果发酵罐密封得不够严实，氧分子偷偷地溜进罐内，好氧的酵母菌便会如鱼得水，疯狂繁殖，导致葡萄酒中产生湿报纸或湿纸板的不悦风味。而醋酸菌则在葡萄酒酿造到保存的整个过程中都虎视眈眈，当软木塞出现瑕疵或是葡萄酒陈年时间过长，醋酸菌就会消耗酒中的酒精，生成口感尖锐的醋酸。

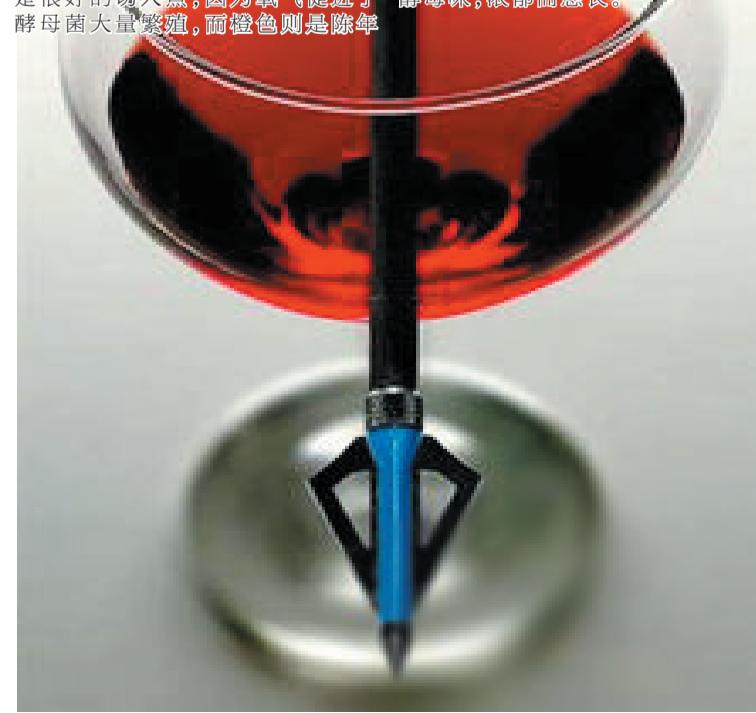
在葡萄酒过度氧化之前，有一个微妙而转瞬即逝的过渡阶段，这时的葡萄酒正处于氧化的风口浪尖，氧气刚刚入侵，只对葡萄酒中的酚类物质稍动手脚，此时葡萄酒的果味虽然略有减少，却发展出了独特的坚果风味，酒的整体风味更加复杂。这样的葡萄酒初入口时

果香依旧，余味中则增添了坚果和泥土等气息，更加值得品味。

挑选氧化程度恰到好处的葡萄酒绝非易事，如果没有选准时机，一不小心让葡萄酒氧化过度可就追悔莫及了，这需要敏锐的观察力、丰富的经验和些许运气。什么？这三样你都没有？没关系，你并不需要忐忑地坐等自己的葡萄酒氧化，可以尝尝现成的风格相似的桃红葡萄酒。“酵母味”和“橙色”是很好的切入点，因为氧气促进了酵母菌大量繁殖，而橙色则是陈年

和氧化的标志性颜色。

如果你对带有氧化风味的葡萄酒情有独钟，库克粉红香槟(Champagne Krug Rose)也是不错的选择，这款酒产自法国香槟产区的著名酒庄库克香槟(Champagne Krug)，其呈现的橙色能够让氧化葡萄酒的爱好者眼前一亮。进一步品尝，它复杂的口感更是让人欲罢不能，入口时的果香适宜，细细品来则有蘑菇的风味，余味中带有酵母味，浓郁而悠长。



酒水维权服务站

所有您遇到的有关酒水问题，我们将为您解忧。欢迎广大消费者提供酒水行业相关线索。有效举报，可获精美礼品或现金奖励。

热线电话:15266162222
 邮箱:277287797@qq.com
 QQ:277287797
 来信:枣庄市市中区文化中路61号枣庄日报社酒水部



新闻·维权·举报

