

Ein Glas Wein bei Diabetes

Datum: 29.07.2019

Original Titel:

Effects of wine on blood pressure, glucose parameters, and lipid profile in type 2 diabetes mellitus: A meta-analysis of randomized interventional trials (PRISMA Compliant)

DGP - Ist Wein für Typ-2-Diabetes-Patienten gut oder schlecht? Wissenschaftler werteten 9 Studien zu diesem Thema aus und sahen Folgendes: moderate Mengen an Wein (118 bis 300 ml/Tag) besserten den unteren Blutdruckwert sowie das Gesamtcholesterin der Patienten.

Es gibt keine Menge an Alkohol, die gesundheitlich unbedenklich ist. Alkohol kann beispielsweise Leber und Gehirn schädigen und ist ein [Risikofaktor](#) für Krebserkrankungen. In einigen wissenschaftlichen Studien zeigte sich jedoch auch, dass moderater Alkoholverzehr das Herz schützen oder Diabetes vorbeugen kann.

Wissenschaftler untersuchten in ihrer Studie nun, wie sich der Verzehr speziell von Wein auf verschiedene Gesundheitsparameter (Blutzucker, Blutfette und Blutdruck) bei Diabetes-Patienten auswirkt.

Schneidet Weinverzehr besser als nicht alkoholische Alternativen ab?

Die Wissenschaftler fanden bei ihrer Recherche in medizinischen Datenbanken 9 Studien, die sich für ihre Analyse eigneten. Bei allen Studien wurde eine Interventionsgruppe, die Wein konsumierte, mit einer [Kontrollgruppe](#) (ohne Alkohol) verglichen. Die Wissenschaftler werteten die Studien aus und fassten sie zu einem Gesamtergebnis zusammen. Die Studienteilnehmer verzehrten moderate Mengen an Rot- oder Weißwein (zwischen 118 bis 300 ml/Tag). In den jeweiligen Kontrollgruppen wurden Mineralwasser, Traubensaft oder alkoholfreies Bier konsumiert.

Verbesserte Gesamtcholesterinwerte durch Weinverzehr

Es zeigte sich Folgendes: Wein zu trinken hatte für die Typ-2-Diabetes-Patienten den Vorteil, dass dadurch der untere Blutdruckwert (der sogenannte diastolische Blutdruck) und das Gesamtcholesterin gesenkt wurde. Alle anderen betrachteten Parameter (wie z. B. der obere Blutdruckwert (systolischer Blutdruck), der Blutzuckergehalt im nüchternen Zustand sowie das [LDL-Cholesterin](#) (bekannt als das „schlechte“ Cholesterin) besserten sich durch den Weinkonsum allerdings nicht.

Diese Ergebnisse zeigten, dass ein moderater Verzehr von Wein bei Typ-2-Diabetes-Patienten zu einem niedrigeren unteren Blutdruckwert und Gesamtcholesterinwert führen könnte. Bezogen auf die anderen untersuchten Aspekte (Blutzuckergehalt, [LDL-Cholesterin](#) etc.) ergaben sich keine Vorteile durch den Weinverzehr.

Referenzen:

Ye J, Chen X, Bao L. Effects of wine on blood pressure, glucose parameters, and lipid profile in type 2 diabetes mellitus: A meta-analysis of randomized interventional trials (PRISMA Compliant). *Medicine (Baltimore)*. 2019 Jun;98(23):e15771. doi: 10.1097/MD.00000000000015771.

DCG DeutschesGesundheitsPortal

MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“