



Länger leben mit Rotwein

Gute Nachrichten für Weinliebhaber: Rotweine aus Südwestfrankreich und Sardinien weisen einen besonders hohen Anteil gesundheitsfördernder Verbindungen auf. Sie sollen den Blutdruck senken und damit der Arterienverkalkung vorbeugen. (ht/sda)



Foto: Harald Theissen (ex-press.ch)

Weine aus Gers und Nuoro scheinen besonders lebensverlängernd zu wirken

SERVICE

- ▶ Artikel als E-Mail senden
- ▶ Druckansicht

Procyanidine enthielten als andere, heisst es in «Nature». Tatsächlich waren dies auch jene Regionen, in denen die Menschen auffallend alt wurden.

Viele Procyanidine in Traubenkernen

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.

Gesundes Tannat

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.

Wissenschaftler führen diesen Effekt auf Polyphenole zurück, wie eine Gruppe um Roger Corder von der Queen Mary Universität in London im Journal «Nature» berichtet. 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 Procyanidine. Die Forscher wiesen in Laborversuchen nach, dass diese die Herstellung eines gefässverengenden Eiweisses, des Endothelin-1, unterdrücken.

Senkung des Blutdrucks

Corder errechnete, dass pro Tag ein Viertelliter eines Weins mit viel Procyanidin bereits den Blutdruck senke. Hoher Blutdruck schädigt die Innenwand der Arterien und ist einer der Risikofaktoren für Arterienverkalkung.

Es stellte sich heraus, dass Weine aus dem südwestfranzösischen Departement Gers und aus Sardinien Provinz Nuoro vier Mal mehr Procyanidine enthielten als andere, heisst es in «Nature».