

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



**[Laboratoria](#)**  
**[.net](#)**  
**[Innowacje](#)**  
**[Nauka](#)**  
**[Technologie](#)**



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Intensywne picie istotnie zwiększa ryzyko udaru u młodych dorosłych

Osoby w wieku 20 i 30 lat, które piją umiarkowane lub duże ilości alkoholu, są bardziej narażone na udar mózgu niż ludzie spożywający niewielkie ilości lub nie pijący wcale -

## informuje czasopismo „Neurology”.

Ryzyko udaru wzrasta tym mocniej, im więcej lat regularnego picia zgłaszały badane osoby.

„Wskaźnik udarów wśród młodych dorosłych poważnie wzrósł w ciągu ostatnich kilku dekad. A większość udarów u osób w tym wieku powoduje śmierć lub poważne kalectwo – mówi główny autor badania dr Eue-Keun Choi z Narodowego Uniwersytetu Seulskiego (Korea Płd.). - Gdybyśmy mogli zapobiegać udarom poprzez zmniejszenie spożycia alkoholu, byłibyśmy potencjalnie w stanie znacząco wpływać na zdrowie jednostek i ogólne obciążenie zdrowotne społeczeństwa”.

Naukowcy przyjrzeni się danym medycznym osób w wieku 20 i 30 lat, które przez 4 lata z rzędu przechodziły rutynowe badania. Co roku pytano je także o spożycie alkoholu: ile dni w tygodniu go piją, jaka jest standardowa liczba spożywanych drinków itp.

Osoby, które piły 105 gramów lub więcej tygodniowo (nieco więcej niż jeden drink dziennie), uznano za pijące średnio lub intensywnie.

Losy uczestników śledzono przez kolejne sześć lat.

Łącznie w badaniu wzięło udział ponad 1,5 miliona osób. W ciągu sześciu lat 3153 z nich doznało udaru mózgu.

Okazało się, że uczestnicy pijącą średnio lub intensywnie przez co najmniej 2 lata były o ok. 20 proc. bardziej narażone na udar niż abstynenci oraz ludzie pijący alkohol tylko sporadycznie.

Dalsze analizy wykazały, że wraz ze wzrostem liczby lat umiarkowanego lub intensywnego picia, ryzyko udaru rosło. Regularne picie alkoholu przez 2 lata zwiększało je o 19 proc., picie przez 3 lata - o 22 proc., a 4 lata - o 23 proc. Wyniki uzyskano po uwzględnieniu innych czynników, które mogą wpływać na ryzyko udaru, takich jak wysokie ciśnienie krwi, palenie tytoniu i wskaźnik masy ciała.

„Ponieważ ponad 90 proc. ogólnego obciążenia udarem można przypisać potencjalnie modyfikowalnym czynnikom, w tym spożyciu alkoholu, i ponieważ ryzyko udaru u młodych dorosłych poważnie wpływa nie tylko na jednostkę, ale i na całe społeczeństwo, np. ograniczając ich aktywność w najbardziej produktywnych latach, to zmniejszając spożycie alkoholu w tej grupie wiekowej może być bardzo skuteczną strategią na rzecz zdrowia publicznego” - podsumowuje dr Choi.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/31579.html>



21-05-2026

## [Nowy wzór elektronicznej legitymacji](#)

## studenckiej

Resort nauki udostępnił go.



21-05-2026

## Kleszcz to tylko pośrednik

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków.



21-05-2026

## Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy

W ciągu 8 lat przeżywalność pacjentów z tym nowotworem wzrosła o 20 proc.



21-05-2026

## Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk

Bez zapylaczy nie ma części produkcji żywności.



21-05-2026

## **Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni**

Elektrodę, która przepuszcza aż 94 proc. promieniowania podczerwonego.



21-05-2026

## **Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego**

To wynik badania, w którym brało ponad tysiąc par matka-dziecko.



21-05-2026

## **Problemy ze snem związane z ryzykiem choroby Alzheimera u kobiet**

Informuje „Journal of Prevention of Alzheimer's Disease”.



21-05-2026

## Zespół policystycznych jajników zmienił nazwę

Informuje "The Lancet".

**Informacje dnia:** [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

**Partnerzy**