

Υπό του

Δρ Δημητρίου Ν. Γκέλη,

Ιατρού Ωτορινολαρυγγολόγου, Οδοντιάτρου, Διδάκτορος

της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών

Ιατρείο: Δαμασκηνού 46, Κόρινθος 20131. τηλ. 27410266631, 6944280764, e-mail: pharmage@otenet.gr

www.gelis.gr , www.orlpedia.gr , www.gkelanto.gr , www.allergopedia.gr , www.pharmagel.gr , www.d3gkelin.gr, www.curcumin.gr, www.zinc.gr,

www.gkelikosagiorgitiko.gr,
www.gkelismedicallexicon.gr

Με τον όρο **ΓΑΛΛΙΚΟ ΠΑΡΑΔΟΞΟ** εκφράζεται ένα επιδημιολογικό φαινόμενο που πρωτοδιατυπώθηκε το 1992, για να περιγραφεί η σχετικά χαμηλή συχνότητα της καρδιαγγειακής νόσου στον Γαλλικό πληθυσμό, παρά την σχετικά υψηλή κατανάλωση τροφών πλουσίων σε κεκορεσμένα λίπη, που αποδόθηκε στην κατανάλωση κόκκινου κρασιού. **[1, 6].**

Στις περισσότερες χώρες η αυξημένη λήψη **κεκορεσμένου λίπους** σχετίζεται θετικά με υψηλή θνησιμότητα από
νόσο των στεφανιαίων
{ΝΤΣ}. Παρά τούτο στη
Γαλλία
παραδόξως ενώ οι κάτοικοί της προσλαμβάνουν υψηλές ποσότητες κεκορεσμένου λίπους με τη διατροφή τους εν τούτοις εμφανίζουν χαμηλή θνησιμότητα από νόσο των στεφανιαίων. Αυτό το παράδοξο μπορεί να αποπδοθεί μερικώς στην υψηλή κατανάλωση
κόκκινου κρασιού
. Επιδημιολογικές μελέτες δείχνουν ότι η κατανάλωση οινοπνεύματος στη Γαλλία σε ποσότητα οινοπνεύματος 20-30g ημερησίως μπορεί να περιορίσει τη συχνότητα της νόσου των στεφανιαίων τουλάχιστον κατά 40%
[2].

Πολυάριθμες επιδημιολογικές μελέτες δείχνουν ότι η μέτρια κατανάλωση οινοπνεύματος σχετίζεται με έναν περιορισμένο κίνδυνο νοσηρότητας και θνησιμότητας που είναι δευτεροπαθής των **καρδιαγγειακώ ν νοσημάτων [3].**

Πιστεύεται ότι το οινόπνευμα προστατεύει από τη νόσο των στεφανιαίων, προλαβαίνοντας την **αθηρωματοσκλήρυνση** μέσω της **υψηλής πυκνότητας λιποπρωτείνης [HDL] ή χοληστερόλης [**
HDL]
,
αλλά αυτός ο παράγοντας δεν βρίσκεται σε αυξημένες συγκεντρώσεις στον ορό των Γάλλων σε σχέση με άλλες χώρες
[2]
.

Βάσει των κλινικών και των πειραματικών δεδομένων τα ευνοικά αποτελέσματα από τη μέτρια κατανάλωση οινοπνεύματος προκύπτουν από τη δράση του στο λιπιδικό προφίλ, τις αιμοστατικές παραμέτρους και τον περιορισμό των σηματοδοτών της φλεγμονής. **[3].**

Η επανεξέταση των προηγηθέντων αποτελεσμάτων δείχνει ότι γενικά η μέτρια κατανάλωση οινοπνεύματος δεν προστατεύει από τη νόσο των στεφανιαίων μέσω ενός αποτελέσματος επί της αθηρωματοσκλήρυνσης, αλλά μάλλον μέσω ενός αιμοστατικού μηχανισμού. Πληροφορίες από το Caerphilly της Ουαλίας αναφέρουν ότι η συσσώρευση των αιμοπεταλίων, που σχετίζεται με τη νόσο των στεφανιαίων ανακόπτεται σημαντικά με το οινόπνευμα σε επίπεδα λήψης που σχετίζονται με περιορισμένο κίνδυνο πρόκλησης νόσου των στεφανιαίων. Η ανακοπή της αιμοπεταλιακής αντιδραστικότητας από το κρασί (οινόπνευμα) μπορεί να είναι μια εξήγηση της προστασίας από τη νόσο των στεφανιαίων στη Γαλλία, επειδή πιλοτικές μελέτες έχουν δείξει ότι η αντιδραστικότητα των αιμοπεταλίων είναι χαμηλότερη στη Γαλλία σε σύγκριση με τη Σκωτία **[2].**

Η κατανάλωση οινοπνεύματος από οποιουδήποτε τύπου οινοπνευματώδες ποτό φαίνεται να είναι επωφελής. Όμως σε μελέτες in vivo έχει φανεί ότι η κατανάλωση κόκκινου κρασιού είναι περισσότερο προστατευτική για τη νόσο των στεφανιαίων σε σύγκριση με τα άλλα

οινοπνευματώδη ποτά. Αυτή η αυξημένη **καρδιοπροστασία** μπορεί να αποδοθεί στις **πολυφαινόλες**
της φλούδας των κόκκινων σταφυλιών, όπως η π.χ. η
ρεσβερατρόλη
.
[3, 4].

Σχεδόν εδώ και 20 χρόνια μελετώνται οι , σε διάφορες μελέτες έχουν ερευνηθεί οι συναρπαστικές, κεραυνοβόλα θετικές βιολογικές και κλινικές συσχετίσεις της κατανάλωσης κόκκινου κρασιού με την καρδιαγγειακή νόσο και τη θνησιμότητα. Η μικρή έως μέτρια κατανάλωση κόκκινου κρασιού προκαλεί μια σειρά ευεργετικών αποτελεσμάτων που στοχεύουν όλες τις φάσεις της αθηρωματοσκληρυντικής διαδικασίας, που ξεκινάει από την **αθηρωματογένεση**
(πρώιμη ανάπτυξη και αύξηση) μέχρι την αγγειακή απόφραξη (διαστολή των αγγείων μέσω της ροής, θρόμβωση)
[1].

Οι πολυφαινολικές ενώσεις του κόκκινου κρασιού ασκούν πολυάριθμα αποτελέσματα , στα οποία περιλαμβάνονται οι αντιοξειδωτικές ιδιότητες, οι ιδιότητες των ελευθέρων ριζών, οι αντισυσσωρευτικές δραστηριότες των αιμοπεταλίων και οι αντιθρομβωτικές δράσεις. Επιπλέον, οι **πολυφαινολικές ενώ σεις του κόκκινου κρασιού** είναι ισχυρά αγγειοδιασταλτικά και συμβάλλουν στην προστασία της ακεραιότητας του ενδοθηλίου και ανακοπή του πολλαπλασιασμού και της μετανάστευσης των κυττάρων των λείων μυικών ινών. Όλα αυτά τα αποτελέσματα του κόκκινου κρασιού θα μπορούσαν να υπεισέλθουν στην ανάπτυξη και σταθερότητα της
αθηρωματοσκληρυντικής πλάκας
, της αγγειακής θρόμβωσης και απόφραξης
[3].

Σύμφωνα με τον Lippi G , και τους συνεργάτες του (2010)στο U.O. Diagnostica Ematochimica, Azienda Ospedaliero-Universitaria di Parma, Parma, Italy, , μεταξύ των επωφελών αποτελεσμάτων του κόκκινου κρασιού περιλαμβάνονται μηχανισμοί κυτταρικής σήμανσης, αλληλεπιδράσεις σε γενομικό επίπεδο και βιοχημικές τροποποιήσεις συστατικών των κυττάρων και του πλάσματος.

Τα συστατικά του κόκκινου κρασιού και ιδιαιτέρως το οινόπνευμα, η ρεσβερατρόλη και οι λοιπές πολυφαινολικές ενώσεις μπορεί να ελαττώσουν το **οξειδωτικό στρες**, να αυξήσουν την εκροή χοληστερόλης από τα αγγειακά τοιχώματα (κυρίως αυξάνοντας τα επίπεδα της υψηλής πυκνότητας λιποπρωτεΐνης [HDL] ή χοληστερόλης HDL και αναστέλλοντας την οξείδωση των λιποπρωτεϊνών, τη συσσώρευση χοληστερόλης των μακροφάγων και το σχηματισμό
αφρωδών κυττάρων (foam-cell formation) [1].

Αυτά τα συστατικά μπορούν να αυξήσουν τη βιοδιαθεσιμότητα του **υποξειδίου του αζώτου [NO]**, ανταγωνίζονται την ανάπτυξη δυσλειτουργίας του αγγειακού ενδοθηλίου, την ελάττωση της γλοιότητας του αίματος βελτιώνουν την ευαισθησία στην ινσουλίνη, ματαιώνουν την υπεραντιδραστικότητα των αιμοπεταλίων, ανακόπτουν τη συγκόλληση των αιμοπεταλίων σε επιφάνειες καλυμμένες με ινοδωγόνο και ελαττώνουν τα επίπεδα του
παράγοντα von Willebrand
στο πλάσμα , του ινοδωγόνου και του παράγοντα πήξεως VII **[1].**

Η μικρή έως μέτρια κατανάλωση κόκκινου κρασιού σχετίζεται επίσης με την ευεργετική γενετική τροποποίηση των ινωδολυτικών πρωτεϊνών , που τελικά αυξάνει την επιφανειακά εντοπισμένη ινοδώλυση στα **ενδοθηλιακά κύτταρα [1].**

Συνολικά, ως εκ τούτου το ΄'**Γαλλικό Παράδοξο**'' μπορεί να βασίζεται μέσα σε ένα περιβάλλον που περιλαμβάνει διάφορα μόρια, κλειδιά. Έτσι λοιπόν τα ευεργετικά για το **καρδιοκυκλοφορικό σύστημα** αποτελέσματα μπορεί κυρίως να αποδοθούν στα συνδυασμένα, πρόσθετα ή πιθανόν συνεργικά αποτελέσματα του οινοπνεύματος και των άλλων συστατικών του κόκκινου κρασιού στην αθηρωματογένεση, πηκτικότητα του αίματος και την **ινωδόλυση** **[1]** **.**

Αντιστρόφως, η χρόνια υπερβολική κατανάλωση οινοπνεύματος και η οξεία μέθη σχετίζονται με αυξημένο κίνδυνο καρδιαγγειακών παθολογικών συμβαμάτων. **[1].**

Πρόσφατες μελέτες επιδεικνύουν την παρουσία **μελατονίνης** στο **κόκκινο κρασί**. Σύμφωνα με τον Lamont KT , και τους συνεργλατες (2011) στο Hatter Institute for Cardiovascular Research, Department of Medicine, Faculty of Health Sciences, University of Cape Town, Cape Town, South Africa, οι συγκεντρώσεις μελατονίνης που που βρέθηκαν στο κόκκινο κρασί παρέχουν **καρδιοπροστασία** κατά της **βλάβης επαναιμάτωσης από ισχαιμία (**

i
schemia-
reperfusion
injury)
.

Στη συνέχεια ερεύνησαν εάν η μελατονίνη και η ρεσβερατρόλη προστατεύουν μέσω της **ενε**
ργοποίησης της αύξησης του ενεργοποιού παράγοντα διάσωσης [
survivor
activating
factor
enhancement (
SAFE)]
, που είναι μια οδός προεπιβιωτικής σηματοδότησης, η οποία περιλαμβάνει την ενεργοποίηση του
παράγοντα άλφα νέκρωσης όγκου [
tumor
necrosis
factor
alpha (
TNFα)]
και του
ενεργού μετατροπέα σήματος [
signal
transducer]
και
ενεργοποιητή της μεταγραφής 3 [
activator
of
transcription 3 (
STAT3)]
.

Σύμφωνα με τα δεδομένα των ανωτέρω ερευνητών, τόσον η μελατονίνη, όσο και η ρεσβερατρόλη του κόκκινου κρασιού προστατεύουν την καρδιά στα πειραματικά μοντέλα, από το έμφραγμα του μυοκαρδίου μέσω της **οδού SAFE [SAFE pathway]**, **[5].**

Συμπερασματικά, υπάρχει αύξηση των αποδείξεων του γεγονότος ότι, η μέτρια κατανάλωση κόκκινου κρασιού [ένα-δύο ποτήρια του κρασιού ημερησίως ή ισοδύναμες ποσότητες που περιέχουν 10-30g οινοπνεύματος] από τους περισσότερους πληθυσμούς, είναι ευεργετική για το καρδιοκυκλοφορικό σύστημα. Αυτό αποδίδεται στα επωφελή αποτελέσματα αφενός της μικρής ποσότητας οινοπνεύματος και αφετέρου στη ρεσβερατρόλη και τη μελατονίνη του κόκκινου κρασιού **[1, 5].**

Κλινικά σκεπτόμενοι, ο ιδανικότερος τρόπος για να πάρει κανείς τα πολύτιμα συστατικά του κόκκινου κρασιού (ρεσβερατρόλη, μελατονίνη, κλπ) σε επαρκείς δόσεις, αλλά με την ελάχιστη δυνατή και επωφελή δόση οινοπνεύματος είναι η καθημερινή κατανάλωση κόκκινου συμπυκνωμένου κρασιού.

Το **Γκελάντο (Gkelanto)** είναι συμπυκνωμένο βιολογικό, γλυκό, λιαστό κόκκινο κρασί από Αγιωργίτικο κόκκινο σταφύλι Νεμέας, που δεν περιέχει πρόσθετα θειώδη ή άλλου τύπου χημικά συντηρητικά. Δύο κουταλιές της σούπας (30 ml) **Γκελάντο (Gkelanto)** ,
που καταναλώνονται κάθε μέρα, παρέχουν τα πολύτιμα αντιοξειδωτικά συστατικά του μοναδικού, γνωστού από την αρχαιότητα, κόκκινου Αγιωργήτικου κρασιού Νεμέας, με την ελάχιστη, αλλά ευεργετική για το καρδιοκυκλοφορικό σύστημα, ποσότητα οινοπνεύματος.

Σε περίπτωση που κάποιος έχει δυσανεξία ή δεν επιτρέπεται για διαφόρους λόγους να πάρει οινόπνευμα ή κόκκινο κρασί μπορεί να εφοδιαστεί με τις πολύτιμες για την υγεία πολυφαινόλες του κόκκινου κρασιού, παίρνοντας τις κάψουλες Vinogkelin.

Κάθε κάψουλα του **Vinogkelin** περιέχει αποξηραμένη σκόνη των σπόρων και των φλουδών του βιολογικού κόκκινου Αγιωργίοτικου κρασιού **'Γκέλικος "** , τα
οποία είναι εξαιρετικά πλούσια σε πολυφαινόλες και ιδιαιτέρως ρεσβερατρόλη.

Σε κάθε κάψουλα **Vinogkelin** περιέχεται σκόνη που αντιστοιχεί σε 5-8 ρόγες σταφυλιού.

Συνεπώς παίρνοντας 3-6 κάψουλες **Vinogkelin** ημερησίως είναι σαν να καταναλώνει κανείς ένα μικρό τσαμπί σταφύλι του βιολογικού κόκκινου Αγιωργίτικου Νεμέας "Γκέλικος", χωρίς να χρησιμοποιεί οινόπνευμα.



Το **"Γκελάντο**" είναι φυσικός, βιολογικός, γλυκύς, λιαστός, κόκκινος ιατρικός οίνος, που παράγεται από τη μοναδική ποικιλία αμπέλου που υπάρχει στη γη, του πασίγνωστου στον κόσμο βιολογικού κόκκινου "Αγιωργίτικο' Νεμέας", στον αμπελώνα ‘ **’Γκέλικος** ’’. Σας αποστέλλεται ταχυδρομικά με αντικαταβολή στην τιμή των
13,64
Ευρώ (περιλαμβανομένου του ΦΠΑ) +
3,72
Ευρώ τα ταχυδρομικά με την αντικαταβολή, τηλεφωνώντας στο

6944280764.



Βιβλιογραφία

1. Lippi G , Franchini M , Favaloro EJ , Targher G . Moderate red wine consumption and cardiovascular disease risk: beyond the "French paradox"..
Semin Thromb Hemost.
2010 Feb;36(1):59-70. Epub 2010 Apr 13.

2. Renaud S , de Lorgeril M . Wine, alcohol, platelets, and the French paradox for coronary heart disease. %. Lancet. 1992 Jun 20;339(8808):1523-6.

3. Lagrue-Lak-Hal AH , Andriantsitohaina R . Red wine and cardiovascular risks. Arch Mal Coeur Vaiss.
2006 Dec;99(12):1230-5.

4. Wu JM , Hsieh TC . Resveratrol: a cardioprotective substance. Ann N Y Acad Sci. 2011 Jan;1215:16-21.

5. Lamont KT , Somers S , Lacerda L , Opie LH , Lecour S . Is red wine a SAFE sip away from cardioprotection? Mechanisms involved in resveratrol- and melatonin-induced cardioprotection. J Pineal Res.
2011 May;50(4):374-80.

6. Renaud S , de Lorgeril M . Wine, alcohol, platelets, and the French paradox for coronary heart disease. Lancet. 1992 Jun 20;339(8808):1523-6.

Βλέπε www.pharmagel.gr