为什么有人喝红酒会头痛？

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/25048.html

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

为什么有人喝红酒会头痛？。人们常说适量喝点红酒有助于身体健康，但不是每个人喝完红酒都感觉良好，有些人即使喝少量红酒也会引起头痛。通常情况下，这种头痛会在喝了一小杯红酒后的半小时到3小时内发生。

葡萄酒为什么会引起头痛呢？在一项新的研究中，美国加州大学戴维斯分校的科研人员研究了为什么会发生这种情况，即使是那些喝少量其他酒精饮料不会头痛的人也是如此。研究人员认为，红葡萄酒中天然存在的黄烷醇会干扰酒精的正常代谢，从而导致头痛。这项研究发表在《科学报告》杂志上。



图片来源：UC Davis

这种黄烷醇又被称为槲皮素，天然存在于包括葡萄在内的各种水果和蔬菜中。它被认为是一种健康的抗氧化剂，但当它与酒精一起代谢时，却会出现问题。

当它进入你的血液时，你的身体会将其转化为一种叫做槲皮素葡萄糖醛酸的不同形式。这种形式会阻碍酒精的代谢。论文通讯作者、加州大学戴维斯分校名誉教授Andrew Waterhouse说。

因此，人们最终可能会积累乙醛毒素，加州大学戴维斯分校博士后研究员Apramita

Devi解释道。乙醛是一种众所周知的毒素，而高浓度的乙醛会导致面部潮红、头痛和恶心。

给酗酒者开的防止他们饮酒的药物双硫仑也会引起同样的症状。Waterhouse介绍，这是因为这种药物也会导致毒素在体内积聚，而正常情况下，体内的一种酶会分解这种毒素。大约40%的东亚人体内也有一种效果不佳的酶，导致乙醛在他们的体内累积。

Waterhouse介绍，这种黄烷醇的含量在红葡萄酒中可能会有很大的差异。槲皮素是葡萄在阳光照射下产生的，如果你种植的葡萄串暴露在外，比如人气超高的纳帕谷的赤霞珠，你会得到更高水平的槲皮素。在某些情况下，槲皮素甚至会高出四到五倍。

当然，槲皮素的含量也会因葡萄酒的酿造方式而有所不同，包括发酵过程、精制过程和陈酿过程。而且，红酒中槲皮素的含量远高于白葡萄酒或其他酒精饮料。

接下来，科研人员将对含有大量槲皮素的红酒和含有很少槲皮素的红酒进行比较，以验证他们关于红酒引发头痛的理论。（来源：中国科学报 张晴丹）

相关论文信息：https://doi.org/10.1038/s41598-023-46203-y

作者：Andrew Waterhouse 来源：《科学报告》

更多 科学进展 请访问 https://www.iikx.com/news/progress/

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，爱科学iikx.com转发