

<<饮酒与健康>>

图书基本信息

书名：<<饮酒与健康>>

13位ISBN编号：9787536655553

10位ISBN编号：753665555X

出版时间：2002-4

出版时间：第1版 (2002年1月1日)

作者：郭坤亮

页数：239

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<饮酒与健康>>

### 内容概要

酒是人们日常生活中的常用饮品，特别是大小喜事和节日，饮酒更为普遍，由于酒本身的卫生问题和生理效应，饮酒与健康具有密切的关系。

有人说，饮酒对健康有益；也有人说饮酒对健康有害。

到底饮酒对健康有没有好处呢？如果有？又该如何饮用呢？现代医学研究表明，适量饮酒，可以增加食欲，促进消化液的分泌；减轻心理负担，预防心血管疾病；还能加速血液循环，有效地调节和改善机体内的生物化学代谢和神经传导，有助于人们的身心健康。

传统医学认为，酒为水谷之气，味辛甘，性热，适量饮酒有活血行血、驱风散寒之功效，所以，酒为百药之长，从古到今都有饮酒可治病强身的观点。

酒为药用，是祖国医学的精髓之一，是祖先为我们留下的宝贵财富。

现代医学的研究也证明，长期过量饮酒则对人体各器官组织系统带来严重影响，使人的工作效率低下，生活质量下降，同时给家庭、子女和社会带来一系列不良影响。

早在1985年的世界卫生组织(WHO)大会上就把酗酒带来的问题定为全球性的卫生健康问题。

当前，由于各种原因，酗酒已对社会治安、交通安全和人民群众的心身健康带来严重的影响。

为了减少酗酒对社会和健康的危害；一方面需要加强宣传教育，让广大群众意识到酗酒的危害性；介绍科学文明饮酒的方法和经验，减少酒精对身体的损害。

另一方面要积极治疗康复急慢性酒精中毒患者，保障人民群众心身健康，这是编写本书的最终目的。

## <<饮酒与健康>>

### 作者简介

郭坤亮，贵州省仁怀市人。  
1990年毕业于贵阳医学院临床医学系，同年分配至茅台酒厂工作；1995年于华西医科大学进修学习；1998年于重庆医科大学攻读硕士研究生，2000年开始攻读博士研究生。  
现任中国贵州茅台酒厂职工医院外科主任，中华医学会微量元素研究会会员，中华医学会贵州省分会委员，贵州省仁怀市政协委员。  
主要研究方向：酒精中毒的发病机理和防治。

## <<饮酒与健康>>

### 书籍目录

第一章 概述一、酒从何来二、酒的发展过程三、酒与医的联系四、医学对酒的贡献五、我国酒的生产现状六、问题与展望第二章 酒的心理效应一、酒与情感二、酒与灵感三、酒与勇气和胆量四、酒与日常生活五、酒与人生六、酒与性格七、酒与礼节八、酒与婚姻九、酒与治国安邦第三章 酒对人体健康的作用一、酒与养生二、适量饮酒有助于长寿第四章 饮酒的生理卫生一、饮酒对心血管系统的影响二、饮酒对呼吸系统的影响三、饮酒对胃肠道的影响四、饮酒对肝脏的影响五、饮酒对胰腺的影响六、饮酒对内分泌系统的影响七、饮酒对神经系统的影响八、饮酒对骨骼的影响九、饮酒对泌尿系统的影响十、饮酒与优生优育十一、饮酒对手术麻醉的影响十二、饮酒与肿瘤附录 饮用酒的国家标准

## &lt;&lt;饮酒与健康&gt;&gt;

## 章节摘录

第六章 假酒的危害 一、重视酒的质量 很早以前孔子在《论语》中就认为“沽酒不食”，意思是从街上商贩中买来的酒不宜饮用。

从中看出孔子饮酒十分讲究质量，正如清代学者顾仲在《养心录》中论到：“酒以陈者为上，愈陈愈妙。

暴酒切不可饮，饮必伤人。

酒戒酸，戒浊，戒生，戒狠暴，戒冷；务清，务洁，务中和之气”。

饮用酒质量的好坏，直接影响到人们的身体健康，因此国家对饮用酒规定了严格的卫生标准(见附录——饮用酒食品卫生)。

假酒的成因主要是在经济利益的诱惑下，不法分子不顾国家规定，从事假冒伪劣产品的生产销售而产生的。

市场上假酒占了相当大的比重，这中间，既有仿造的国家名酒，也有假冒的地方优质酒。

假酒以假乱真，质量无法保证，甲醇、甲醛、黄曲霉毒素等剧毒物质严重超标，给人民群众的生命安全和身心健康带来了严重影响。

经国家有关部门检验，假酒按其质量可分为3类：第一类约占总数60%的假酒是由质量极其一般的普通白酒勾兑的，这些假酒的泡制者尽管在商标与瓶型上下了很大功夫，有的甚至在外观上达到以假乱真的地步，但一经检验即可判断是假酒。

第二类约占20%，是由质量较好的优质酒假冒的名酒，单凭感官品评一般人难以辨别真假，但在检测中从主体香型物质则不难得出结论；还可以从平时包装、瓶型、商标印刷上露出的破绽加以鉴别。

第三类纯属酒精兑制而成的，有的还胡乱加入各种香精，或用一些低档劣质酒来仿冒的名优酒。

这些酒开瓶后根本无法入口，包装外观也比较粗糙，稍加比较就可识别。

二、假酒的危害及对策 1992年，邻国印度的孟买居民在欢度狂欢节时不幸发生84人死于假酒中毒，另有30多人送往医院抢救；印度首都新德里后来又出现更大的惨剧，200多人因喝假酒而丧身。1988年苏州吴县花果酒厂生产的劣质酒导致13人死亡，13人双目失明；90年代震惊全国的山西假案造成27人死亡和100多人中毒致残的恶性事件，为广大饮酒者敲响了警钟，饮酒质量悠关人们的生命安全和身体健康。

(一)蒸馏酒 乙醇含量较高，主要原料为粮食、糠麸，也有薯类(红薯、马铃薯、木薯)、甜菜、糖蜜等做原料的。

制酒原料往往是影响酒质的重要因素，白酒主要原料为高粱，也有用大米、玉米、薯类；高粱和大米生产的酒质量较好，薯类白酒大多采用液态发酵的串蒸或调香，口味差，但价格便宜。

受黄曲霉毒素或重金属污染的原料酿制蒸馏酒时，不易蒸发的污染物可存留在酒糟中，而不进入酒中。

但挥发性的有害物质则随蒸馏进入酒中。

1. 甲醇 甲醇是一种无色液体，密度为0.791g/cm<sup>3</sup>，沸点为64.5℃，可与水或酒精以任意比例互溶。

甲醇的气味和外观与酒精差不多，因此，容易引起误食，溶解在白酒内的甲醇一般方法难以识别。

更有甚者用甲醇当作食用酒精使用，危害极大。

(1)甲醇的来源：甲醇主要来源于以下两方面：一方面是酿酒原料及辅料的植物细胞壁和细胞质的果胶。

原料中果胶含量高者，生产出的酒甲醇含量则高。

果胶质是链状结构，链的环基是半乳糖醛酸或半乳糖醛酸酯所组成。

其环状分子直接与氧原子连接，里面含有许多甲氧基(R·COOCH<sub>3</sub>)。

果胶质在酸、碱或酶的作用下，甲氧基从果胶物质中分离出来，生成甲醇(CH<sub>3</sub>OH)。

各种不同的酿酒原料中或多或少含有一定量的果胶物质，这是产生甲醇的物质基础。

胶质物的含量与原料的品种、部位、种植条件、地区、收割季节、贮存方式等有关。

如薯干中含果胶3.36%，薯蔓中含5.81%，马铃薯皮层含4.15%，去皮外仅含0.58%，麸皮中含1

## &lt;&lt;饮酒与健康&gt;&gt;

. 22%，谷糠中含1.07%。

野生植物橡子、苦楝子等原料中果胶含量较多。

一般来说，薯类酿制的白酒或酒精中甲醇含量远比谷物高，谷物生成甲醇为干物质的0.01%—0.04%，薯类则为0.28%—0.36%。

所以，水果(特别是腐烂水果)、薯类、硬果类、糠麸等原料酿制出的酒，甲醇含量无法降低，不宜作食用酒精，只能作工业酒精。

另一方面是来自酿造生产过程中，包括以下几个环节：在原料蒸煮过程中，压力、温度越高，持续时间越长，甲醇生成越多。

据日本研究资料显示，在薯干蒸煮醪中通常含甲醇0.0008—0.016C / 100g；国内研究资料证明，马铃薯在0.25—0.5mPa压力下蒸煮时，蒸煮醪中甲醇含量为0.0007—0.0049g/100g。

在糖化过程中，果胶物质因糖化剂中含有果胶酶，可使果胶变为甲醇。

因不同菌种产生的酶系不同，成品酒中的甲醇含量也不同。如黄曲霉产生的甲醇为0.055g / 100g，而黑曲霉则为0.24g / 100g。

由此可见，黑曲霉中果胶酶要比黄曲霉高得多。

目前推广应用的UY-11系属于黑曲霉的变异菌株，其霉系较纯，但也同样含有果胶分解酶。

在发酵过程中，糖化剂随着糖化醪进入发酵过程，酶的活性虽然有些损失，但仍在不同程度上起作用，甲醇可继续生成。

在蒸馏过程中，成熟的发酵醪进入蒸馏塔时，因在热和酸的有利条件下，残存的果胶仍可被分解而生成甲醇。

(2)甲醇的危害：甲醇可经消化道、呼吸道以及皮肤粘膜进入人体内致甲醇中毒。

甲醇在体内分解缓慢，易引起蓄积；同时在醇脱氢酶和醛脱氢酶的作用下，分别生成甲酸和甲醛，两者的毒性均大于甲醇，甲酸的毒性比甲醇大6倍，而甲醛的毒性又比甲酸大5倍，即甲醛的毒性比甲醇大30倍。

对神经系统和心血管系统造成严重损害，尤其是对视神经的毒性作用最强，中毒者常伴有视力障碍或失明等严重后遗症；中毒严重者可引起呼吸抑制、发绀、昏迷，甚至死亡。

如果治疗及时，全身症状可恢复，但视神经损害则很难恢复。

甲醇中毒的表现个体差异较大，一般人饮7-8mL，可引起失明，30—100mL则致人死。

国家对蒸馏酒和配制酒甲醇含量有严格规定：以谷类为原料者甲醇不得超过0.04g / 100mL，以薯干或代用品为原料者不得超过0.12g / 100mL。

## &lt;&lt;饮酒与健康&gt;&gt;

## 媒体关注与评论

序 酒是一种特殊饮品，酿酒、饮酒、用酒是全人类共同的现象。

中国酒文化源远流长、博大精深，在世界酒文化之林独领风骚。

历代浩如烟海的典籍和著作对酒的地位、特性、作用和功能都有许多歌颂和评说。

特别是近10多年来中国如火如荼的酒文化研究，使人们对酒的功利弊害都有了更加全面的认识，这些都促进了中国酒业的发展和科学饮酒意识的提高。

值得重视的是，现在一些人在经济利益的驱动下，用假冒伪劣酒品坑害消费者，引起人身伤害的事件时有发生；因酗酒而带来的许多负面作用，使人们对饮酒产生了许多误区，这些都在一定程度上阻碍了中国酒业的发展。

因而，如何引导人们正确选酒、健康饮酒、科学用酒显得十分必要。

所幸的是，郭坤亮同志撰写的《饮酒与健康》一书给我们提供了许多科学的饮酒知识。

茅台酒厂多年来一直重视提高酒的质量，提倡科学饮酒、文明饮酒、健康饮酒，并对饮酒与健康问题进行了大量研究，取得了阶段性成果。

这使郭坤亮同志受益非浅，专业知识不断提高。

在重庆医科大学攻读硕士、博士学位期间，他发现国外对饮酒与健康问题很重视，研究很深入，而我国的研究刚刚起步。

一种强烈的责任感促使他在导师的指导下，锲而不舍地对饮酒与健康问题进行深钻细研，这本书就是他回报企业、奉献社会的第一个果实。

本书是一部医学与饮酒科学交叉研究的探索性书籍，作者“取经唯诚，伏怪以力”，广征博引，层层递进，详细介绍了与人们日常生活密切相关的饮酒知识，阐明了饮酒对人体健康的利弊，反映了国内外有关研究的最新成果，并提出了防治饮酒损害人体健康的相应措施，具有较强的知识性和可读性。

普及这些知识，对于提高全民的饮酒品位，减少酒的负面作用，促进酒业健康发展和精神文明建设都将起到良好的作用。

郭坤亮同志这种立足本职，勤于思考，刻苦钻研，以提高人民健康水平为已任的精神，充分体现了茅台人的时代责任感，反映了“国酒茅台，喝出健康来”的理念创新。

我们还期望更多的有志者为之努力，把饮酒与健康的知识研究、普及得更加广泛深入，使大家文明饮酒，健康饮酒，提倡新的酒德酒风，为促进全社会的物质文明和精神文明建设贡献力量。

2002年4月2日

<<饮酒与健康>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>