Οι ευεργετικές δράσεις του κόκκινου κρασιού και της ρεσβερατρόλης στον οργανισμό, □στις εμβοές, □στη βαρηκο□α και στην ηλικιακή εκφύλιση της ωχράς κηλίδος του αμφιβληστροειδούς©

Το **κόκκινο κρασί της Νεμέας**, το γνωστό παγκοσμίως **''Αγιωργήτικο ή Αγιωργίτικο''** οφείλει το εντονότατο χρώμα του στις φυσικές χρωστικές, που υπάρχουν στις φλούδες των σταφυλιών του,

Δρ□□Δημήτριος Γκέλης

Ιατρός, Οδοντίατρος, Ωτορινολαρυγγολόγος, Διδάκτωρ της Ιατρικής Σχολής της Ιατρικής Σχολής τα

Κόρινθος 20100, τηλ 27410266 58, 6944280764, phaneos@otenet.gr

www.gelis.gr , www.pharmagel.gr , www.orlpedia.gr ,
www.allergopedia.gr
www.gkelanto.gr

Αικατερίνη Γκέλη

Ιατρός, Ακτινοδιαγνώστρια

Παπαληγούρα 16, Άσσος Κορινθίας

Τηλ.6944544820, kgkeli @ yahoo .

μεταξύ των οποίων περιλαμβάνονται και οι **πολυφαινόλες**. Το **κόκκινο ''Αγιωργήτικο'' κρασί** είναι από τα πιο πλούσια κρασιά σε πολυφαινόλες, στον κόσμο, μεταξύ των οποίων περιλαμβάνεται και η ισχυρότατη αντιοξειδωτική ουσία, η **ρεσβερατρόλη**. Ο πλούτος σε πολυφαινόλες του βιολογικού κόκκινου Αγιωργίτικου "Γκέλικος¨ οφείλεται

στους σπόρους και τις φλούδες των ρογών του.

Η ρεσβερατρόλη (3,4,5- τριυδροξυστιλβένιο) είναι ένα πολυφαινολικό στιλβένιο, που ανευρίσκεται στα κόκκινα φρούτα, περιλαμβανομένων των κόκκινων σταφυλιών, που θεωρείται υπεύθυνο για μερικά από τα οφέλη που προκύπτουν από τη λήψη κόκκινου κρασιού [(1)] ή καψουλών με σκόνη σπόρων και φλουδών **Vinogkelin** .

Η ρεσβερατρόλη έχει καρδιοπροστατευτικές[(2)], αντιαθηρωματικές[(3)], καρκινοπροληπτικές[(4, 5, 15)] και νευροπροστατευτικές (πρόληψη **νόσου του Alzheimer** και της **άνοιας** [(6)], καταστέλλει τη φλεγμονή και την **αρθρίτιδα** [(7)].

Η η συμπληρωματική χορήγηση ρεσβερατρόλης και άλλων φαινολών ασκεί επωφελές αποτέλεσμα στην απομάκρυνση των **ελεύθερων ριζώ ν του οξυγόνου**, τροποποιεί τη μεταγωγή των σημάτων, τη γονιδιακή έκφραση και την αποκατάσταση της καλύτερης νευρωνικής επικοινωνίας [(8)] . Η ρεσβερατρόλη εμποδίζει την εξέλιξη και τροποποιεί τις επιπλοκές της **αρτηριοσκλήρυνσης**

, διότι επηρεάζει τη ρύθμιση της αγγειοδιαστολής και αγγειοσύσπασης, ανακόπτει το **οξειδωτικό στρες** και τη δημιουργία **αντιδραστικώ ν ριζώ ν οξυγόνου**, ασκεί αντιφλεγμονώδη δράση, αναστέλλει την τροποποίηση των χαμηλής πυκνότητας λιποπρωτεϊνών και ασκεί αντισσυσσωρευτική δράση στα αιμοπετάλια **(9)**

.

Οι **πολυφαινόλες** του κόκκινου κρασιού ασκούν αντιυπερτασικό αποτέλεσμα και βελτιώνουν την ενδοθηλιακή λειτουργία, περιορίζοντας τα επίπεδα της ενδοθηλίνης-1 (ET-1) και την επακόλουθη αγγειακή παραγωγή του νιτρώδους οξειδίου (NO) **[14]**

.

Η ρεσβερατρόλη ασκεί και ηπατοπροστατευτική δράση μέσω της ανάσχεσης της οξείδωσης των πολυακόρεστων λιπαρών οξέων **(10)**.

Το κόκκινο κρασί γενικότερα και όχι μόνο η ρεσβερατρόλη ασκεί καρδιοπροστατευτικά και νεφροπροστατευτικά αποτελέσματα, τροποποιώντας το σύστημα του NO. Έχει αποδειχτεί επίσης ότι το κύριο επακόλουθο αυτής της τροποποίησης του συστήματος του μονοξειδίου του αζώτου είναι η ρύθμιση της **σιρτουίνης** και ιδίως της **σιρτουίνης 1 (SIRT-1)** **[16]**.

Μέσω της τροποποίησης του μεταβολισμού των λιποπρωτεΐνών, του οξειδωτικού στρες η ρεσβερατρόλη και τα λοιπά συστατικά των σπόρων και των φλοιών του κόκκινου σταφυλιού

μπορεί να ασκήσουν επωφελές προφυλακτικό αποτέλεσμα για νόσο των στεφανιαίων, τόσο στις προεμμηνοπαυσιακές, όσο και στις μετεμμηνοπαυσιακές γυναίκες[(11)].

Εξαιτίας των πολύτιμων και ευεργετικών για τη διατήρηση της υγείας συστατικών του κόκκινου κρασιού, η μέτρια χρήση κόκκινου κρασιού (δύο ποτήρια κόκκινου κρασιού ημερησίως για τους άνδρες και ένα ποτήρι για τις γυναίκες) περιορίζει τη συχνότητα των νευρολογικών διαταραχών, όπως η άνοια και το αγγειοεγκεφαλικό επεισόδιο. Η νευροπροστατευτική δράση της πολυφαινόλης ρεσβερατρόλης έχει αποδειχτεί, τόσο σε πειραματόζωα, όσο και στο εργαστήριο και μπορεί να αναστρέψει ποικίλους τύπους γνωσιακών ελλειμμάτων.

Η ρεσβερατρόλη ασκεί προστατευτική δράση στην πρόληψη του αγγειοεγκεφαλικού επεισοδίου, όπως κινητοποιώντας το νευροπροστατευτικό ρόλο του ενδογενούς ενζύμου της **οξυγενάσης 1 της αίμης (heme oxygenase 1)**. Η οξυγενάση 1 της αίμης δημιουργεί αντίσταση κατά του οξειδωτικού στρες, που σχετίζεται με τη νευρωνική βλάβη, συμβάλλοντας, τουλάχιστον μερικώς στη νευροπροστατευτική δράση της ρεσβερατρόλης **[18]**

.

Σύμφωνα με τις σύγχρονες έρευνες η ρεσβερατρόλη προστατεύει το **έσω ους** (το εσωτερικό του αυτιού) από τις βλάβες που προξενούν οι
οξειδωτικές ρίζες οξυγόνου
. Το οξειδωτικό στρες δημιουργείται με τη μεσολάβηση των
οξειδωτικώ ν ελευθέρων ριζώ ν
, οι οποίες προκαλούν κυτταρικές και μοριακές βλάβες, στα διάφορα όργανα του οργανισμού, περιλαμβανομένου και του αυτιού.

Έχει αποδειχτεί σε πειραματόζωα, που εκτέθηκαν σε έντονο **θόρυβο**, ότι η ρεσβερατρόλη του κόκκινου κρασιού, ως ισχυρό αντιοξειδωτικό, αναστέλλει τη δράση των οξειδωτικών ελεύθερων ριζών του οξυγόνου, διότι τις εξουδετερώνει. Αυτό, μεταξύ των λοιπών ευεργετικών για τον οργανισμό δράσεων της ρεσβερατρόλης, έχει ως αποτέλεσμα την προστασία του οργάνου της ακοής (έσω ους) από τη βλάβη που μπορεί να προκληθεί μετά την έκθεση των αυτιών σε ισχυρό θόρυβο.

Η **βαρηκο α**, η οποία προκαλείται μετά από έκθεση σε θόρυβο ή μετά από λήψη ωτοτοξικών φαρμάκων εμφανίζει παρόμοια ακοομετρικά και παθολογικά ευρήματα.

Οι πρόσφατες έρευνες έδειξαν ότι οι ελεύθερες οξειδωτικές αντιδραστικές ρίζες οξυγόνου μπορεί να είναι κοινός παράγοντας πρόκλησης βαρηκοΐας από έκθεση σε θόρυβο και από λήψη ωτοτοξικών φαρμάκων [12].

Συνεπώς η χορήγηση ενός ισχυρού αντιοξειδωτικού παράγοντα, όπως η **ρεσβερατρόλη**, που υπάρχει στο κόκκινο κρασί και στη σκόνη των σπόρων και των φλουδών του, μπορεί να δράσει θετικά στην καθυστέρηση της ωτογήρανσης ή τη βελτίωση της ακοής και των λοιπών συμπτωμάτων που τη συνοδεύουν , όπως οι
εμβοές των αυτιώ ν
.

Πρόσφατες εργαστηριακές μελέτες έδειξαν τη σημασία της ειδικής αντιοξειδωτικής θεραπείας με χορήγηση ρεσβερατρόλης στην πρόληψη της βαρηκοΐας που σχετίζεται με ισχαιμία το έσω ωτός, έκθεση σε θόρυβο και γήρανση του οργανισμού[13]. καθώς αναφέρεται

ότι η ρεσβερατρόλη διαθέτει και
αντιγηραντικές ιδιότητες
[17]

.

Αν και ο ακριβής μηχανισμός της παθογένεσης της **εκφύλισης της ωχράς κηλίδος** του αμφιβληστροειδούς χιτώνα του οφθαλμού δεν είναι διευκρινισμένη, οι πλείστες το μελέτες δείχνουν το ρόλο που παίζει η βλάβη κυττάρων του
μελάγχρου επιθηλίου του αμφιβληστροειδούς χιτώ να
και το θάνατό τους από το οξειδωτικό στρες. Έχει αποδειχτεί ότι οι χημικές ουσίες του καπνίσματος ασκούν ανασχετική δράση στη φαγοκυττάρωση των κυττάρων του μελάγχρου επιθηλίου και ότι οι αντιοξειδωτικές ουσίες, όπως η
λουτείνη, ζεαξανθίνη, μεκλοφαιναμικό οξύ και ρεσβερατρόλη,
η κάθε μία ξεχωριστά, παρέχει προστασία κατ' αυτής της ανάσχεσης. Γιαυτό το λόγο οι πολυφαινόλη του κόκκινου κρασιού, των σπόρων και των φλουδών του, ρεσβερατρόλη θα μπορούσε να βελτιώσει την εκφύλιση του μελάγχρου επιθηλίου του αμφιβληστροειδούς, που προκαλούνται από την
ακρολείνη του καπνού
ή το
γήρας

[19]

.

Η ιδανικότερη σκέψη για τη λήψη των πολύτιμων για την υγεία πολυφαινολών, περιλαμβανομένης και της ρεσβερατρόλης είναι, το να μπορεί να πάρει κανείς τις πολύτιμες αυτές ιαματικές ουσίες του κόκκινου κρασιού σε αφθονία με τη μικρότερη δυνατή λήψη οινοπνεύματος, ώστε να προλάβει τον **αλκοολισμό** και τα επακόλουθά του.

Αυτό επιτεύχθηκε με την παρασκευή συμπυκνωμένου οίνου, όπως ο βιολογικός, λιαστός, φυσικός, γλυκύς οίνος από Αγιωργήτικο σταφύλι Νεμέας "Γκέλικος", το " Γκελάντο " , το οποίο είναι προιόν απόλυτης βιολογικής καλλιέργειας, χωρίς φυτοφάρμακα και λιπάσματα ή χημικά συντηρητικά.

Το "Γκελάντο" λαμβάνεται σε μικρή δόση (1-2 κουταλιές της σούπας ημερησίως) και έτσι ο λήπτης, ενώ δεν προσλαμβάνει μεγάλη ποσότητα οινοπνεύματος παίρνει τις αναγκαίες ιαματικές ουσίες για τη διατήρηση και τόνωση της υγείας του, προστατεύοντας το καρδιοκυκλοφορικό, νευρικό, ανοσοποιητικό του σύστημα, καθυστερώντας την ωτογήρανση, ανακουφίζοντας από τις εμβοές τα άτομα που ήδη πάσχουν από ωτογήρανση ή παρεμποδίζοντας την εκδήλωσή τους καθώς παρέρχεται η ηλικία, χωρίς τη λήψη φαρμάκων.

Σε περίπτωση που θέλει κανείς να αποφύγει τη χρήση του οινόπνευματος μπορεί να χρησιμοποιεί τη σκόνη των σπόρων και των φλουδών του βιολογικού κόκκινου κρασιού "Γκέλικος Αγιωργίτικο, που κυκλοφορεί στο εμπόριο ως συμπλήρωμα διατροφής με την ονομασία **Vinogkelin** .

Το **Vinogkelin** είναι πλουσιότατο σε ρεσβερατρόλη και τις λοιπές πολύτιμες πολυφαινόλες του βιολογικου κόκκινου "Γκέλικος" Αγιωργίτικου κρασιού. Η δοσολογία του **Vinogkelin**
είναι μία έως δύο κάψουλες, καθημερινά, πρωί μεσημέρι βράδυ, κατά τη διάρκεια του φαγητού ή μετά το φαγητό, χωρίς καμία παρενέργεια.

Το Vinogkelin είναι συμπλήρωμα
διατροφής, οι κάψουλες του οποίου
περιέχουν σκόνη αποξηραμένων σπόρ
και φλουδών του βιολογικού κόκκινου
σταφυλιού Αγιωργίτικο Νεμέας "Γκέλικ
Μια κάψουλα Vinogkelin αντιστοιχεί σε
ρόγες σταφυλιού.
Οι σπόροι και οι φλούδες του κόκκινου
σταφυλιού είναι πηγές πολύ μεγάλων
ποσοτήτων αντιοξειδωτικών, όπως η
ρεσβερατρόλη.

"Gkelanto"

"Γκελάντο"
PHARMAGEL