



## *Der Gesundheit wegen*

Man freut sich doch immer wieder, wenn man bestätigt bekommt, was man ohnehin schon weiß. Jeder weiß, dass Wein gesund ist. Jeder Weintrinker zumindest. Kein Monat vergeht, ohne dass nicht eine neue wissenschaftliche Studie erscheint, die dies bestätigt. Wein ist gesund. Anfangs wirkte dies beruhigend – ach ja, habe ich doch immer schon gewusst.

Nur dass nun immer mehr und mehr dieser Studien erscheinen, das macht mich nervös, beunruhigt mich – tue ich genug für meine Gesundheit? Trinke ich genug?

In Frankreich nahm alles seinen Anfang. Mit dem „französischen Paradox“. Aber da diejenigen, die dieses Paradox am meisten beunruhigt hat, die Amerikaner waren, wurde es kurzerhand „French Paradox“ genannt, und als solches ist es heute in aller Welt bekannt. Es besagt, dass, obwohl in Südfrankreich die Menschen sich ungesund, weil fettreich und üppig, ernähren, es dort weniger Herzinfarkte gibt als in anderen Ländern. Dieses Phänomen ist lange bekannt, und dass es am Wein liegen könnte, hat jeder vernünft-

tige Mensch schon immer vermutet. Mit Rotwein wohl, denn in Südfrankreich wird zwar nicht mehr so häufig rot gewählt, aber noch mit Vorliebe rot getrunken. Die Polyphenole, die sich in den Schalen und Kernen der Trauben befinden, sollen daran schuld sein, haben erste Studien in den neunziger Jahren bewiesen.

In Amerika hatte diese Erkenntnis große Resonanz: Warum denn gesund leben, wenn man sich gesund trinken kann? Der Absatz von Rotwein in Amerika soll nach der ersten Fernsehsendung über das French Paradox um 50 Prozent gestiegen sein. Immer mehr Studien bestätigten dieses Ergebnis: Rotwein ist gesund. Französischer Rotwein vor allem. Wer diese Studien in Auftrag gegeben hat, liegt auf der Hand.

Es dauerte ein paar Jahre, bis man in Deutschland darauf reagiert hat. Die deutschen Winzer haben immer mehr rote Rebsorten gepflanzt, Dornfelder vor allem. Aber auch die deutsche Weinwirtschaft wurde aktiv. Auf einmal erschienen ständig Studien, die bewiesen wie gesund doch Weißwein sei. Wer diese wohl beauftragt hat? Es ist beim Wein nicht anders als in Politik oder Wirtschaft. Wenn man die Auftraggeber einer Studie kennt, dann wird so manches Ergebnis begreiflich.

Vor kurzem erst ist aber eine weitere Studie erschienen, die nicht die gesundheitlichen Vorzüge von Rot-

oder Weißwein pries, sondern die vor den sozialen Kosten des Trinkens warnte. Trinken mache depressiv. Man kann sich schon denken, wer diese Studie in Auftrag gegeben hat. Wird sicher irgendein Gesundheitsministerium gewesen sein, das uns da einreden will, nicht das Gesundheitssystem mache uns depressiv, sondern das Trinken. Trinken macht depressiv. So ein Schwachsinn.

Man trinkt, weil man depressiv ist. Punkt.

Oder eben aus gesundheitlichen Gründen. Welch eine sympathische Variante. Ob Weißwein oder Rotwein, alles ist gesund. Hauptsache man trinkt. Aber statt es dabei zu belassen, sind Wissenschaftler der Frage auf den Grund gegangen, welches denn nun der „gesundeste“ Wein sei. Ein Wissenschaftler an einem Londoner Institut hat herausgefunden, dass es eine spezielle Gruppe von Polyphenolen, die so genannten Procyanidine, sind, die die menschlichen Blutzellen besonders schützen. Diese sind in ausreichender Konzentration in Trauben vorhanden, vor allem in roten Trauben – womit das Deutsche Weininstitut als Auftraggeber dieser Studie ausscheidet.

Bis zu einem Gramm dieser Procyanidine wurden in einem Liter Wein nachgewiesen und ebenfalls nachgewiesen wurde, dass schon eine tägliche Ration von 200 bis 300 Milligramm dieses Stoffes blutdrucksenkend wirkt. In welchen Trauben aber findet man

die höchste Konzentration dieser Procyanidine? Zwei Rebsorten gingen als Sieger aus dieser Studie hervor. Einmal die Rebsorte Tannat, die in Südwestfrankreich für den roten Wein aus Madiran verantwortlich ist. Der zweite Sieger war die Rebsorte Cannonau, die in ganz Sardinien vorkommt. Die Bewohner von Nuoro, Hauptstadt einer sardischen Provinz, in der sehr viel Cannonau angebaut wird, sind besonders langlebig, angeblich.

Was tut man nicht alles der Gesundheit wegen. Auf nach Sardinien, die wissenschaftliche Studie im Praxistest überprüfen. Auf nach Sardinien und Cannonau trinken, zehn Tage lang. Spaß macht das nicht, das kann ich Ihnen versichern, zu alkohol- und tanninreich sind die meisten Weine. Aber was tut man nicht alles für Gesundheit und Wissenschaft. Ob ich mich nun gesünder fühle? Erholter, ja. Und vor allem – noch mehr beunruhigt. Immer nur Cannonau trinken?

Da warte ich lieber auf die nächste deutsche Weinstudie und lege schon mal den Weißwein kalt.