



[강추] 술 안 마시면 일찍 죽는다.
"충격적인
연구 실험 결과 보고서"

술 안 마시면 일찍 죽는다.?
정말 믿어도 되려나?

폭음하는 사람이
술을 전혀
입에 대지 않는 사람보다
더 오래 산다는 사실이
밝혀져 학계에
큰 충격을 던져주고 있다.

스탠퍼드대와
텍사스 주립대학(오스틴)
연구팀은

최근
‘알코올 중독:
임상실험 연구’ 학회보에
논문을 발표,



지난 20년 동안

1,824명을 대상으로
조사한 결과 이 같은 사실을
알아냈다고 밝혔다.

논문에 따르면 조사 대상은
55~65세 사이의 노장년층.

음주와 수명의
상관관계를 조사한 결과
이런 사실을 확인했다.

연구를 주도한
찰스 할러 헨 교수는
하루 1~3잔을
마시는 음주자와
3잔 이상을 마시는 그룹의
사망률이
비음주자(non-drinker)
그룹보다
훨씬 낮은 것으로
파악됐다고 말했다.



조사 결과,
비음주자는
20년 동안 69%가 사망했지만,
폭음자는 59%가 사망했고

1~3잔의 적당량
음주자는 41%가 숨진
것으로 드러났다.

할러 헨 교수는
하루 3잔 이상은
권장 소비기준을 넘어서
알코올 중독 등
부작용으로 이어질 수
있지만,

1~3잔 가량의 술은
건강에 도움이
된다고 풀이했다.



이 같은 보고서는
폭음이 간과 심장을 해치고
구강암을 유발하며,
가정의 붕괴를 가져온다는
기존의 학설과

정면으로 배치되는 것이어서
논란이 일 것으로 예상된다.

그러나 할러 헌 교수는
'건강을 위해 한 잔'이라는
속설이 이번 연구결과
적중했다고 지적했다.

또 이런 사실 아세요.
마른 사람보다는
뚱뚱한 사람이 오래 산다는...

"비만의 역설"이
존재한다는 게 과학적으로
입증되었다 것도...



어때요,
오늘 맛있는 안주에
소주 한잔...^^

★하루 한두 잔의 술은
어떤 보약보다
낫다는 속담이 있는데
드디어 이 속담이
입증되었습니다..

어떤 질병이든
치유 과정에서 혈액순환이

좋아진다는 것은
좋은 현상입니다.

그런데
혈액 순환을 좋게 만들어
주는 식품은 없다.
오로지 술만이 혈액순환을
즉시 좋게 만들어 주는
천상의 음식입니다.



그런데
술을 과음하면 건강을
해치게 되는 것이 문제다.
과음만 안 한다면
술보다 더 좋은 발효
식품도 없다는 것은 사실이니
건강을 위해 오늘은
반주로 한잔^^

얼마나 오래 사느냐 보다
아프지 않고
얼마나 건강하게 사느냐가
인생의 추구할 방향이
아니겠소.

님들~!

재미있게 읽어보셨나요.
술을 전혀 드시지 않은
님들은 터무니없는 소리라고
야단치시겠지요~

~하하하~~ㅎㅎ



우리 벗님들~!
健康조심하시고
親舊들 만나
茶 한잔 (소주 한잔) 나누시는
餘裕롭고 幸福한

나날 되세요~^

