

# Mrtvice

Konzumace alkoholu může zvýšit,  
ale naopak i snížit  
riziko mozkové mrtvice.

Mrtvice nastává v případě přerušení přívodu krve do mozku. V důsledku toho odumírají mozkové buňky, což může vést k trvalé invaliditě (s omezením fyzických i duševních funkcí), nebo dokonce ke smrti.

Mezi konzumací alkoholu a mrtvicí je složitý vztah. Nadměrná konzumace je spojována se zvýšeným rizikem mrtvice, zatímco lehká až mírná konzumace toto riziko pravděpodobně snižuje.

Vztah mezi  
konzumací alkoholu  
a cévní mozkovou  
příhodou je složitý.

## **Zvýšené riziko**

Intenzivní nebo nadměrná konzumace alkoholu může zvyšovat krevní tlak. Výsledky výzkumu ukazují, že riziko výskytu mrtvice může tímto narůstat.

## **Snížené riziko**

Některé studie ukazují, že lehká až mírná konzumace alkoholu může před výskytem mrtvice chránit, protože alkohol zvyšuje koncentraci lipoproteinů s vysokou hustotou (označovaných také jako „HDL“ nebo „dobrý cholesterol“) v krvi a současně zabraňuje tvorbě krevních sraženin.



## **Podnikněte kroky**

Máte-li jakékoli dotazy k možným dopadům pití alkoholu na riziko mrtvice, poraďte se s vaším lékařem. Nepijte však alkohol pro možné zdravotní přínosy – chcete-li prospět svému zdraví, zaměřte se na zdravou stravu, cvičení a další otázky životního stylu.