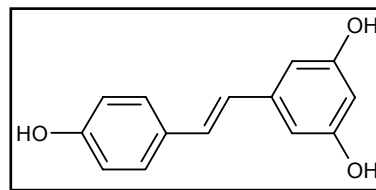


Resveratrol – En ”sjujävla” molekyl !!!

Resveratrol (trans-3,5,4'-trihydroxystilben) är en polyfenol som återfinns i bl.a. druvor och vin, och som identifierades i Japan redan 1940. Substansen tillhör gruppen

Fytokemikalier (eg. Phytoalexiner) som är växternas egna antibiotikum och som bildas av druvorna själva som svar på stress, speciellt då dessa är utsatta för svampangrepp eller ultraviolett strålning. Hur mycket som återfinns i vinet är

beroende på druvsort, svampangrepp och klimatfaktorer. Olika druvsorter är olika benägna att bilda Resveratrol och halten kan variera stort inom samma druvsort. Druvsorterna Pinot Noir och Merlot innehåller generellt mer än andra druvsorter. I växten så återfinns ämnet i blad och druvskal vilket gör att tillverkningsmetoden också är viktig för förekomsten i det färdiga vinet. Röda viner innehåller därför mer Resveratrol än vita beroende på den urlakning av skalen som sker vid rödvinsframställningen. (ref. 1)



Röda viner innehåller mellan 0.2-5.8 mg/L Resveratrol. Däremot så innehåller viner gjorda på Muscadin druvan (Vitis rotundifolia), som odlas främst i sydöstra USA, mer än 40 mg/L.

Hur som helst så är detta en ”sjujävla” substans. Resveratrol är en av naturens antioxidanter och har som sådan en förmåga att både skydda mot cancer och hämma blodplätts-aggregering och därmed också motverka kranskärslssjukdomar. Dessutom så verkar substansen ha en hämmande effekt på självaste HIV. Resveratrol har ibland faktiskt ensamt tillskrivits det faktum att fransmännen trots högt alkoholintag, rökning och fettrik kost har låg incidens av kranskärslssjukdomar. Den sk franska paradoxen alltså!!! (ref. 1, 2)

När det gäller cancer så har Resveratrol ett flertal olika positiva verknings sätt. Molekylen, eller dess nedbrytningsprodukter, har nämligen förmåga att motverka sjukdomen genom att den är en kraftfull antioxidant, antimutagen, antiinflammatorisk och att den uppvisar sk antipromotion aktivitet, vilket innebär att den helt enkelt motverkar ohämmad celltillväxt... (ref. 3, 4)

Slutligen så har Resveratrol visat sig förlänga livet – åtminstone på jästsvampar, rundmaskar, bananflugor, fiskar och nu senast även möss. 2006 så visade en italiensk forskningsgrupp att dom kunde förlänga livet den kortlivade fisken Nothobranchius furzeri med över 30% genom att ge den Resveratrol i födan. Förutom att livslängden förlängdes så konstaterade man att den den åldersrelaterade degenereringen av hjärnan minskade. (ref. 5) Samma år så visade en amerikansk forskargrupp att man kunde motverka en dålig högkalori diet hos möss och förbättra såväl hälsan och mössens livslängd. (ref. 6)

Sol och gröna skogar kanske... Inte riktigt så enkelt. Vin och framförallt då rött vin har många positiva effekter och man kan lugnt påstå att vin (vid måttlighetsdrickande) förlänger liv genom att vi får mindre hjärt- och kärlsjukdomar, mindre demenssjukdomar, mindre reumatiska sjukdomar och kanske även mindre cancer. För vissa cancerformer tenderar dock risken att öka med även måttlig alkoholkonsumtion. Det finns dock undersökningar som visar att risken för att få cancer (generellt) minskar vid måttlighetsbruk. (ref. 7)

Referenser:

1. Gustavsson, "Resveratrol - hemligheten bakom den franska paradoxen?" 5 poängsarbete, Uppsala Universitet, Institutionen för Läkemedelskemi, 2006.
2. Wang et al, "Resveratrol glucuronides as the metabolites of resveratrol in humans: characterization, synthesis, and anti-HIV activities", Journal of Pharmaceutical Sciences, 93, 2448-2457, 2004.
3. Meishiang Jang et al, "Natural Product Derived from Grapes Cancer Chemopreventive Activity of Resveratrol, a Natural Product Derived from Grapes", Science 275, 218, 1997.
4. Bianchini F et al, "Wine and resveratrol: mechanisms of cancer prevention?", European Journal of Cancer Prevention, 12:417-425, 2003.
5. Valenzano et al, "Resveratrol Prolongs Lifespan and Retards the Onset of Age-Related Markers in a Short-Lived Vertebrate", Current Biology, 16, 296-300, February 7, 2006.
6. Baur et al, "Resveratrol improves health and survival of mice on a high-calorie diet", Nature, 444, 337-342, 2006.
7. Gronbaek M, et al., "Type of Alcohol Consumed and Mortality from All Causes, Coronary Heart Disease, and Cancer", Ann. intern. med., 133, 411-419, 2000.