

Het drinken van wijn kan helpen beschermen tegen staar (Cataract)

Nieuwe studie legt een verband tussen lage en matige alcoholconsumptie met een verminderd risico op staaroperaties. Bron: American Academy of Ophthalmology



Mensen die matig alcohol consumeren, lijken minder kans op cataracten te ontwikkelen die een operatie vereisen. Wijnconsumptie vertoonde het sterkste beschermende effect, wat suggereert dat antioxidanten die overvloedig aanwezig zijn in rode wijn een rol kunnen spelen bij het voorkomen van cataract. Mensen die dagelijks of bijna dagelijks dronken, hadden echter ongeveer 6 procent meer kans op een staaroperatie in vergelijking met mensen die matig alcohol gebruikten.

Een onderzoeksteam van het NIHR Moorfields Biomedical Research Center in Moorfields Eye Hospital NHS Foundation Trust en UCL Institute of Ophthalmology voerden het onderzoek uit omdat eerdere onderzoeken naar cataract en alcoholgebruik beperkt waren in hun opzet en gemengde resultaten boden, variërend van een verhoogd risico door zwaar drinken, om het risico te verminderen van laag tot matig drinken tot helemaal geen verband tussen alcohol en cataract.

Een cataract is een vertroebeling van de normaal heldere ooglenzen. De meeste cataracten ontwikkelen zich langzaam en hebben geen invloed op het gezichtsvermogen in het begin. Maar na verloop van tijd maken staar het uiteindelijk moeilijker om te lezen, autorijden of de gezichten van mensen te zien. Een oogarts verwijdert operatief de troebele lens en vervangt deze door een kunstlens. Cataractchirurgie is de meest effectieve en meest voorkomende ingreep die in de hele geneeskunde wordt uitgevoerd, waarbij ongeveer 3 miljoen Amerikanen ervoor kiezen om elk jaar een staaroperatie te ondergaan.

Deze studie, de grootste in zijn soort, volgde 490.000 vrijwilligers in het VK die ermee instemden om gedurende hun hele leven gedetailleerde informatie te geven over hun gezondheid en levensstijl. De deelnemers, ingeschreven in twee verschillende studiegroepen, beantwoordden een gedetailleerde vragenlijst die onder meer de hoeveelheid en het type alcohol beoordeelde dat ze consumeerden. Na rekening te hebben gehouden met factoren waarvan al bekend is dat ze staar beïnvloeden - leeftijd, geslacht, etniciteit, sociale deprivatie, gewicht, roken en diabetes - ontdekten de onderzoekers dat mensen die ongeveer 6,5 standaardglazen wijn per week consumeerden (wat binnen de huidige richtlijnen voor veilige alcoholgebruik in zowel de VS als het VK) hadden minder kans om een staaroperatie te ondergaan.

Wijn drinkers profiteerden het meest van degenen die zich van stemming onthielden en degenen die andere soorten alcohol dronken, met een afname van 23 procent in staaroperaties in de ene studiegroep en een afname van 14 procent in de andere studiegroep. De onderzoekers merken echter op dat hun studie geen oorzakelijk verband vaststelt, alleen een sterke associatie tussen alcoholgebruik en cataract.