

ทำไมต้องอ้วนเพราะเบียร์ ?

🕒 **นำเสนอเมื่อ** 23 มิ.ย. 2552

อ้วน!!! ไม่เกี่ยวกับเบียร์

ปีชีนิวส์-

เคยสงสัยกันบ้างไหมว่าทำไมคนไทยถึงเปรียบเทียบกับคนที่มีหุ่นตั้นๆว่าอ้วนเหมือนตุ่มเหมือนโอ่ง แล้วทำไมฝรั่งถึงดูเขาถึงบอกว่าคนที่มีพุงพลุ้ยเนี่ยอ้วนเพราะเบียร์ แล้ววันนี้นักวิจัยกลุ่มหนึ่งเขาเกิดพบว่าการบอกว่าคนเรานอ้วนเพราะเบียร์เป็นสิ่งไม่ถูกต้อง

นักวิจัยจากอังกฤษและสาธารณรัฐเช็กเกิดนึกสงสัยในคำเรียกขานดังกล่าวจึงได้ทำการสำรวจชาวเช็กเกือบ 2,000 คน ซึ่งเป็นที่รู้โดยทั่วกันว่าชาวเช็กนั้นเป็นนักดื่มเบียร์ตัวยง เพราะปริมาณการดื่มเบียร์ของชาวเช็กต่อคนนั้นมากกว่าคนอื่นแล้วคณะวิจัยก็พบว่า การมีพุงกับการดื่มเบียร์ปริมาณมากๆ ไม่เกี่ยวข้องกันเลย ดังนั้นการบอกว่าคนเราจะอ้วนเพราะดื่มเบียร์จึงเป็นการไม่ถูกต้อง

ทั้งนี้ ดร.มาร์ติน โบบด์ จากยูนิเวอร์ซิตี คอลเลจ ลอนดอน (University College London) และคณะวิจัยจากอินสติติวต์ ออฟ คลินิกอล แอนด์ เอ็กซเพอริเมนทอล เมดิซีน (Institute of Clinical and Experimental Medicine) ในกรุงปราก ได้ให้หญิง 1,098 คน และชาย 891 คน ที่มีอายุระหว่าง 25 ถึง 64 ปี ทำแบบสอบถาม ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา โดยไม่มีการกล่าวถึงเครื่องดื่มอื่นๆ ทั้งสิ้น



"ดื่มอะไรที่มีแอลกอฮอล์มากไป ก็อ้วนได้"

จากการสำรวจพบว่า ชายชาวเช็กจะดื่มเบียร์โดยเฉลี่ยราว 3.1 ลิตรต่อสัปดาห์ ขณะที่ผู้หญิงจะดื่ม 0.3 ลิตรต่อสัปดาห์ โดยในจำนวนนี้มีชายอยู่ 3 คนที่ดื่มเบียร์อยู่ยงหนัก คือดื่มราว 14 ลิตรต่อสัปดาห์ และมีหญิงเพียง 5 คนที่ดื่มถึง 7 ลิตรต่อสัปดาห์ โดยก่อนและหลังการดื่มเบียร์ คณะวิจัยจะให้แพทย์วัดขนาดของเอว และสะโพก ซึ่งน้ำหนักและบันทึกดัชนีมวลรวมของอาสาสมัครไว้ตรวจสอบด้วย

และคณะวิจัยก็พบว่า การมีพุงไม่เกี่ยวข้องกับการดื่มเบียร์เลยสักนิด โดยกล่าวว่า การค้นพบครั้งนี้ของเขายืนยันให้เห็นว่าการกล่าวอ้างว่าคนอ้วนหรือมีพุงเพราะการดื่มเบียร์มากเกินไปจึงเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง

ด้านนักวิจัยจากอิตาลีชี้ว่า ผู้ชายทุกคนมีแนวโน้มที่จะอ้วนลงพุงได้ ตามความผันแปรของยีนของแต่ละคน ขณะที่ไนเจล เดนบี จากสมาคมโภชนาการแห่งอังกฤษกล่าวว่า ผู้ที่ใคร่ขานนี้ก็สมควรวิ่งแจนเขาหมบเขาบารหรือไปหาถนเบียร์เพื่อชดเบียร์ให้หายอยาก เพราะไม่ว่าจะรับประทานอาหารหรือเครื่องดื่มชนิดใดก็ตามที่ผสมแอลกอฮอล์ก็สามารถอ้วนได้หากรับประทานมากเกินไป และหากต้องการดื่มจริงๆ ก็ควรดื่มแต่พอดี