Wine intake and diet in a random sample of 48763 Danish men and women

Ann Tyrkkönenland, Morten Grembaek, Connie Stripp, and Kim Overvad
Am J Clin Nutr 1999;69:49-54

摘要

饮用适量的酒（适量酒的摄入量）与营养素的摄入量有关。

一项关于在营养调查中饮酒的调查发现，适量饮酒和营养的摄入量之间存在正相关。

研究方法

参与者为来自丹麦的随机样本，年龄为18-70岁。参与者被随机分配到适量饮酒组和非适量饮酒组。

结果

适量饮酒组的营养素摄入量明显高于非适量饮酒组。

结论

适量饮酒可能对营养素的摄入量有积极影响。

参考文献

2. Klefský A, Armstrong MA, Friedman GD. Red wine,


