

Forscher der Universität Helsinki und der Universität Ostfinnland könnten etwas entdeckt haben, worauf trinkfreudige Partygänger lange gewartet haben: ein sehr wirksames Mittel gegen den berüchtigten Kater, also alkoholbedingte Symptome wie Übelkeit und Kopfschmerz.



Möglicherweise wurde in Finnland ein wirksames Mittel gegen den Kater nach übermäßigem Alkoholgenuss entdeckt. *(Symbolbild)*

Im Rahmen einer Studie mit 19 männlichen Probanden wurde herausgefunden, dass eine Dosis von 1200 mg der Aminosäure L-Cystein die genannten Kater-Symptome in hohem Maße reduzieren könne.

Zudem wurde laut der Helsinki Times festgestellt, dass bereits eine Dosis von 600 mg ausreichen kann, um mit starkem Trinken einhergehende Angst- und Stresszustände wirksam zu mildern.

Zur Durchführung der Studie wurden den Probanden in einer kontrollierten Umgebung über einen Zeitraum von drei Stunden Alkoholdosen von 1,5 Gramm pro Kilogramm Körpergewicht zugeführt.

Nach dem Alkoholkonsum wurde einer Gruppe der „Testtrinker“ die Aminosäure verabreicht, der anderen ein Placebo.

Die Ergebnisse der Studie waren durchschlagend: Der Forschergruppe zufolge war das Aminosäure-Präparat in der Lage, die Kater-Symptome sowohl stark zu reduzieren als auch in einigen Fällen komplett zu beseitigen.

Zugleich wurde mithilfe des verabreichten Mittels der Drang reduziert, das Trinken am nächsten Tag fortzusetzen.

Hier wird zugleich klar, dass es den Forschern in erster Linie nicht um Linderung für Gelegenheitstrinker gegangen sein dürfte, sondern um wirkungsvolle Abhilfe für Personen, die ein echtes Problem haben.

Finnland liegt zwar nur im EU-Mittelfeld, was den Pro-Kopf-Konsum von Alkohol angeht. Dennoch sind etwa 500.000 Finnen dem Alkohol so zugeneigt, dass es aus medizinischer Sicht als „riskant“ und „übermäßig“ zu bezeichnen ist.

Finnland hat etwa 5,5 Millionen Einwohner.

L-Cystein kommt in fast allen Protein-Quellen vor. Es ist in Hülsenfrüchten, Nüssen und in Sojaprodukten, sowie Fleisch vorhanden.

Der Anteil von L-Cystein ist besonders hoch in Sojabohnen, Sonnenblumenkernen und

Erbsen.

Unser Tipp: Beim nächsten Bierabend statt Chips, Edamame und Nüsse knabbern.

**Lesen Sie auch: [Preiskampf um Alkoholtouristen in Nordosteuropa](#)**

*sh*