vinetur

Исследование в Испании: пациенты на препаратах GLP-1 стали меньше употреблять алкоголь за 44 недели

Наблюдательное исследование 135 пациентов выявило улучшение пищевых привычек у взрослых с ожирением и диабетом 2-го типа

четверг, 19 ноября 2026 г.



Взрослые, принимавшие препараты GLP-1 от ожирения и диабета 2-го типа, сообщили, что за 44 недели обычного медицинского наблюдения в Испании стали меньше употреблять алкоголь и придерживаться более здорового питания. Об этом говорится в исследовании, опубликованном в среду, 18 ноября, в журнале Addictive Behaviors. Авторы отмечают, что результаты дополняют растущий интерес к вопросу о том, могут ли широко применяемые препараты от диабета и для снижения веса влиять на поведение помимо уровня сахара в крови и массы тела. Однако исследование было наблюдательным и не позволяет утверждать, что именно препараты вызвали эти изменения.

В исследовании наблюдали за 135 взрослыми с ожирением и диабетом 2-го типа, которые начали или усилили терапию агонистом рецептора GLP-1 в нескольких медицинских центрах Испании. Средний возраст участников составлял около 62 лет, немногим более половины из них были мужчинами, а средний индекс массы тела — 36,2. У многих также имелись другие факторы сердечно-сосудистого риска, включая высокое артериальное давление или повышенный уровень холестерина.

К агонистам рецептора GLP-1 относятся такие препараты, как семаглутид, дулаглутид, лираглутид и эксенатид. Они имитируют действие гормона, выделяющегося после еды, и обычно назначаются для снижения уровня сахара в крови и поддержки снижения веса. Исследователи также изучают, могут ли эти препараты влиять на систему вознаграждения мозга, связанную с тягой и употреблением психоактивных веществ.

В испанской группе участников уровень употребления алкоголя был невысоким уже в начале исследования. Среди 130 пациентов с полными данными об употреблении алкоголя 87,7% относились к самой низкой категории — от нуля до одной стандартной порции в день; 6,9% сообщили о двух порциях в день, а 5,4% — более чем о двух. К 44-й неделе в категорию от нуля до одной порции входили 96,2% участников, 3,8% сообщили о двух порциях в день, и никто не сообщил об употреблении более двух порций.

В исследовании использовалась принятая в Испании мера стандартной порции алкоголя, равная 10 граммам чистого спирта, что примерно соответствует небольшому бокалу вина или пива. Поскольку анкета объединяла нулевое и однократное ежедневное употребление в одну категорию, исследователи не могли определить, полностью ли отказались от алкоголя те, кто пил немного, или лишь незначительно сократили его потребление.

Участники также стали лучше придерживаться рекомендаций по питанию. В начале терапии рекомендованной диеты следовали 47,7% участников. К 4-й неделе их доля выросла до 66,7%, а к 44-й составила 63,2%. Улучшение сохранялось и после того, как исследователи применили статистические методы для учета отсутствующих ответов при последующих наблюдениях.

Картина с физической активностью была иной. Доля пациентов, сообщивших о регулярных занятиях спортом, выросла с 43,9% в начале исследования до 56,1% на 12-й неделе, но к 44-й неделе снизилась до 50,4%. Изменение за весь период наблюдения не было статистически значимым.

Результаты оценки психического здоровья оказались неоднозначными. Обобщенные показатели психического благополучия, тревожности и депрессии за 44 недели не продемонстрировали статистически значимого улучшения. Средний общий балл психического здоровья вырос с 50,3 до 52,2, однако исследователи не сочли это изменение существенным. Выделился один конкретный показатель эмоционального состояния: доля пациентов, которые сообщили, что чувствовали себя спокойными и умиротворенными постоянно или большую часть времени, выросла с 51,9% в начале исследования до 69,2% к 44-й неделе. Авторы предупредили, что к этому результату следует относиться осторожно: он был получен в ходе поискового анализа нескольких отдельных показателей настроения.

Исследование представляло собой ретроспективный анализ данных исследования SEVERAL — клинической когорты, отражающей практику реального здравоохранения. Изначально она была создана для оценки метаболического здоровья и безопасности препаратов, а не употребления алкоголя или изменений

поведения. Ведущий автор José Seijas-Amigo и его коллеги назвали новую работу поисковой и направленной на формирование гипотез.

Врачи назначали препараты по своему обычному клиническому усмотрению, а не случайным образом. Около 35% пациентов получали дулаглутид, 31% принимали семаглутид в таблетках, 30% использовали инъекционный семаглутид, а около 4% — лираглутид или эксенатид. За период исследования у 43% участников возникла нежелательная реакция на препарат. Более четырех пятых таких случаев приходилось на проблемы с пищеварением, например тошноту; четыре пациента полностью прекратили лечение.

По словам исследователей, изменения в употреблении алкоголя и питании можно объяснить несколькими причинами. Снижение веса и улучшение контроля диабета могли улучшить самочувствие пациентов и способствовать формированию более здоровых привычек. Кроме того, препараты могут воздействовать на связанные с аппетитом, системой вознаграждения и стрессом пути в мозге, снижая привлекательность алкоголя и высококалорийных продуктов. Однако исследование не оценивало напрямую тягу, мозговую активность или импульсивность, поэтому эти механизмы остаются недоказанными.

Полученные результаты согласуются с данными предыдущих исследований, хотя доказательная база пока ограничена. В рандомизированном клиническом исследовании, опубликованном в 2025 году, было установлено, что низкие дозы семаглутида снижали еженедельную тягу к алкоголю и его употребление в лабораторных условиях у людей с расстройством, связанным с употреблением алкоголя. Другие наблюдательные исследования также указывают на возможную связь между некоторыми препаратами GLP-1 и сокращением числа госпитализаций по причинам, связанным с алкоголем. Однако в этих работах изучались другие группы людей и применялись другие показатели, поэтому напрямую сравнивать результаты сложно.

У нового исследования есть и существенные ограничения. В нем не было контрольной группы без лечения, поэтому невозможно отделить влияние препаратов от регулярного медицинского наблюдения, повторных консультаций по изменению образа жизни, самого снижения веса или таких побочных эффектов, как тошнота, которая может уменьшать интерес к еде и алкоголю. Почти девять из десяти пациентов относились к самой низкой категории употребления алкоголя еще до начала лечения; в более высокие категории входили всего 16 человек. Кроме того, исследование основывалось на самоотчетах об употреблении алкоголя, не использовало клинический инструмент для выявления проблемного употребления и было посвящено пожилым людям в Испании. Это может ограничивать применимость результатов к более молодым людям и пациентам, обращающимся за лечением алкогольной зависимости.

Для индустрии напитков это исследование дополняет направление научных работ, результаты которых в перспективе могут иметь значение, если подтвердятся в более крупных испытаниях. Если препараты GLP-1 действительно снижают интерес к алкоголю у некоторых пациентов, со временем это может повлиять на спрос на пиво, вино и крепкие напитки среди части населения. Пока же доказательная база слишком ограниченна и предварительна, чтобы делать уверенные выводы о поведении потребителей.

Авторы подчеркнули, что результаты нельзя считать доказательством того, что препараты GLP-1 лечат алкогольную зависимость. Они призвали провести рандомизированные клинические испытания, специально предназначенные для отслеживания употребления алкоголя, тяги к нему, рецидивов и долгосрочной безопасности. Авторы также отметили, что в будущих исследованиях следует применять более подробные методы оценки употребления алкоголя и биологические маркеры, чтобы выяснить, отражают ли наблюдаемые изменения прямое действие препаратов или более широкую реакцию на улучшение здоровья.

Статья Seijas-Amigo и большой группы испанских исследователей опубликована под названием «Употребление алкоголя, образ жизни и эмоциональное благополучие во время терапии агонистами рецептора GLP-1: ретроспективный анализ исследования SEVERAL».