

A pálinka pozitív élettani hatásai a fogyasztói percepciók tükrében

Consumers' perceptions of the palinka's positive physiological effects

TOTTH GEDEON

CSc., Budapesti Gazdasági Egyetem, totth.gedeon@uni-bge.hu

ZARÁNDNÉ, VÁMOSI KORNÉLIA

Ph.D., Budapesti Gazdasági Egyetem, vamosi.kornelia@uni-bge.hu

MEZŐNÉ ORAVECZ TITANILLA

Budapesti Gazdasági Egyetem, oravecz.titanilla@uni-bge.hu

Absztrakt

Az alkoholfogyasztás egészségességéről, és túlzott fogyasztásának káros hatásairól számos tanulmány született, elsősorban orvosok, egészségügyi szakemberek tollából. Ugyanakkor arról kevesebb dolgozat született, hogy maguk az érintettek a fogyasztók, hogyan ítélik meg az alkoholok és az egészség kapcsolatát, a mérsékelt alkoholfogyasztásnak milyen kedvező élettani hatásokat tulajdonítanak. Előadásunkban a hazai alkoholfogyasztói felmérésekből kiindulva vizsgáljuk, mikor és milyen pozitív élettani hatásokat társítanak a fogyasztók az egyes alkoholféleségek mérsékelt fogyasztásához.

Kulcsszavak: alkoholfogyasztás, egészség, élettani hatások

Abstract

Loads of studies and research were written by doctors and other health professionals about the considerate alcohol consumption's positive effects and about the extreme consumption's harmful effects as well. These publications are focused on biological and physiological correlations, not many can be found that reflect the beliefs of the consumers. Our presentation is based on national reviews and surveys, and tries to get to know what kind of beliefs the Hungarian consumers have in regard with the positive physiological effects of alcohol consumption.

Keywords: alcohol consumption, health, physiological effects

1. Bevezetés

Az alkoholfogyasztás társadalmi megítélése az idők folyamán eléggé sajtóságon alakult. Magát a különböző alkoholos italokat az emberek igen régóta ismerik, azóta amióta megfejtették az alkoholkészítésének a titkát. A lepárlás technológiájának az ismeretét egyes források (KAI – SZETEI, 2011) mintegy háromezer évvel ezelőttre vezetik vissza, jóllehet azzal még alkohol lepárlására nem nyílt mód, mindössze magasabb forrásponjú anyagok elválasztására (HARCSA, 2018) adott lehetőséget. A lepárlás útján nyert alkohol eredete nem egyértelmű. Vannak, akik szerint az arabok készítettek először borból párlatot (MITTERPACHER, 1815) a VIII. században, mások szerint valamivel későbből és a mai Olaszország területéről származik a desztilláció ismerete (OSZTROVSZKY, 1943). A források azonban abban egyetértenek, hogy az első lepárlások elsősorban nem az alkohol előállítására irányultak, hanem tudományos célokra, nevezetesen arany előállítására használták. (HARCSA, 2018)

Mint arról valamennyi, a pálinkával, annak történetével foglalkozó írás beszámol, az első hazai emlék Károly Róbert harmadik feleségének, Erzsébet királynénak a köszvényét gyógyították rozmaringos aqua vitae-vel, vagyis egyértelműen gyógyszerként alkalmazták (BALÁZS, 1998). Idézett szerző pálinkával kapcsolatos néprajzi kutatásaiból egyértelműen kitűnik, hogy fogyasztását, jóllehet ebben hétköznapi és ünnepi alkalmak egyaránt előfordultak, nagyfokú mérsékletesség jellemezte, az alkoholizmus egyik „forrásává” csak a II. világháború után vált, addig jórészt valós vagy vélt egészségügyi pozitív hatásai miatt fogyasztották. Ugyanakkor számos kutatás a hazai mortalitási adatok kedvezőtlen alakulását jórészt az alkohol, ezen belül az égetett szeszesitalok túlzott fogyasztására, az alkoholizmus jelenségére vezetik vissza. A magyar lakosságot a XX. században a devianciák két tradicionálisan elterjedt viselkedésformája jellemezte: az alkoholizmus és az öngyilkosságok magas száma. (ELEKES, 2000), és az alkohol okozta mortalitás növekedési üteme a KSH adatai szerint az elmúlt évezred utolsó évtizedeiben meghaladta a dohányzás specifikus mortalitás növekedési ütemét (BÁLINT, 2010.) Az alkohol káros hatásairól az átlag fogyasztót számos információ éri, de a tudomány sem egységes teljes mértékben az alkoholoknak az emberi szervezetre gyakorolt hatásairól, gondoljunk csak a borokkal kapcsolatos „francia paradoxonra”. Az elmúlt közel két évtized pálinka fogyasztással kapcsolatos felmérésekben is folyamatosan találkozunk olyan fogyasztói attitűdökkel, amelyek a pálinka egészségre gyakorolt jótékony hatásaira vonatkoznak.

Dolgozatunkban arra vállalkoztunk, hogy az elmúlt közel két évtized pálinkafogyasztási szokásaival foglalkozó kutatásokat áttekintve megállapítsuk, hogy a pálinkának a fogyasztók tulajdonítanak-e pozitív egészségügyi, élettani hatásokat, és milyeneket.

2. Szakirodalmi áttekintés és módszertan

A célkitűzésekből következően alapvetően szakirodalom elemzésről, szekunder információk feltárásáról és értékeléséről, egyfajta tartomelemzésről szól a dolgozat. Az alkoholoknak az egészségre gyakorolt tényleges hatásának elemzésével keveset foglalkozunk, egyrészt mert a témának mérhetetlen nagy szakirodalma van, amelyben üdítő kivételként meg-megjelennek olyan tanulmányok, melyek a mérésékelt alkoholfogyasztásnak a bizonyos esetekben való pozitív hatásairól számolnak be. Ezekre általános megállapítások szintjén fogunk utalni, azonban nem orvosi szempontból vizsgáljuk a témát, amire amúgy sem érezzük kompetensnek magunkat, hanem a felmért fogyasztói percepciókat, véleményeket igyekszünk az olvasók elé tárni.

Nem minden párlat pálinka, de minden pálinka párlat. A párlat ugyanis egy gyűjtőfogalom, amelybe minden erjesztett alapanyagból, lepárlással készült szeszestál beletartozik, így a pálinka is. Azonban a pálinka más párlatokkal szemben semmiféle adalék anyagot, ízfokozót vagy színezéket nem tartalmaz, tulajdonképpen három szóban elmondható mi is van benne: magyar gyümölcs, víz és alkohol. (LUKÁCSY, 2018) A WHO ajánlása szerint az elfogadható alkoholmennyiség felső határa maximum 40 gramm tiszta szesz naponta. A statisztikák szerint ennek a volumennek rendszeres napi fogyasztása 25 év múlva sem okoz majd gondot. Ez azonban egy felső határ, amelyik csak az általában nagyobb testtömegű és nagyobb víztartalmú sejtekkel rendelkező férfiakra vonatkozik, a nők esetében ez a napi mennyiségi felső határ alacsonyabb. Ebből kiindulva az egészséges férfiak esetében 30, az egészséges nők esetében 20 gramm a mérsékelt napi fogyasztás mennyisége. Az idézett WHO javaslat további megszorításként hetente két alkoholmentes nap beiktatását javasolja, így a mérsékelt alkoholfogyasztás ajánlott mennyisége a férfiak esetében 150, a nők esetében 80 gramm hetente. A mérsékelt alkoholfogyasztás bizonyítottan csökkentette a koszorúér-betegség kockázatát a 45 év feletti férfiak, és az 55 év feletti nők körében. Az alkohol kedvező élettani hatását nagymértékben fokozza a rendszeres testmozgás, a dohányzás mellőzése, az egészséges táplálkozás és az ideális testsúly megtartása. (RODLER, 2004)

A pálinka a magyar kultúrában, történelemben sajátos helyet vívott ki magának az elmúlt évszázadok alatt, a pálinkára, mint hungarikumra, több évszázados múlttal rendelkező autentikus magyar italra tekinthetünk. Magyarország Uniós taggá válása, és az évezred első évtizedében történt törvényi szabályozások megteremtették a lehetőségét annak, hogy a pálinkát, mint magas minőségű, értékes magyar italt lehessen pozicionálni. (TOTTH, 2009). A pálinka iránti érdeklődés növekedése, a pálinkával kapcsolatos strukturális változások, valamint a közösségi marketingtevékenység elindulása a 2000-es évek elejétől az eddigieknél is fontosabbá tette a fogyasztói szokások, preferenciák, illetve a pálinkával kapcsolatos attitűdök minél alaposabb ismeretét, már csak azért is, mert erről a termékről nem álltak rendelkezésre fogyasztói szokás felmérések. (TOTTH, 2017.)

Vizsgálataink során elemeztük a 2000 óta készült pálinkafogyasztási felméréseket. Hét kvantitatív és két kvalitatív felmérés eredményeit tekintettük át. A tanulmányok tartalmi elemzésével gyűjtöttük ki és elemeztük azokat a fogyasztói véleményeket, észrevételeket, amelyek a pálinka és az egészség, illetve a pálinkával összekötött kedvező élettani hatásokról szóltak.

3. Eredmények

Az eredmények értékeléséhez, illetve a következtetések levonásához fontos a hazai lakosság alkoholfogyasztási szokásainak alaposabb ismerete. A magyar lakosság egy főre jutó éves alkoholfogyasztása némileg csökkenő, térfogatszázalékban kifejezve 11 l körül van. (TOTTH, 2017.) A három legfontosabb alkoholféleség, a sör, a bor, és az égetett szeszestálok fogyasztási aránya durván egy harmad, egy harmad, vagyis az előbb említett alkoholmennyiség mintegy harmadát fogyasztjuk sörben, harmadát borban, a maradékot égetett szeszestálok formájában. Az égetett szeszestálokat, az alkoholt fogyasztók fele utasítja el (SZOLNOKI – TOTTH, 2018.) Ezen belül jelentős a nemek közötti különbség, a férfiak egy, a nők kétharmada soha nem fogyaszt égetett szeszestált (SZOLNOKI – TOTTH, 2018.). Regionálisan Közép-Magyarországon a legnagyobb, Észak-Alföldön a legkisebb ezeknek a termékeknek az elutasítottsága.

Az OSZKÓ Bt. által, az AMC megbízásából 2003-ban készült felmérés országos, reprezentatív, kvantitatív kutatás, amely személyes megkérdezés keretében, a válaszadó otthonában történt standard kérdőív alapján. Az országos 18+ minta (n=1047) nem, kor,

iskolai végzettség, településtípus és regionális elhelyezkedés szerint volt reprezentatív. A felmérés megmutatta, hogy a pálinkafogyasztási alkalmak között több is kapcsolódott a termék vélt, valós vagy elvárt pozitív élettani hatásaihoz. A megkérdezettek közel háromnegyede, 73%-a jelölte meg fogyasztási alkalmként a gyomorpanaszok kezelését, és e tekintetben nem volt lényeges különbség az egyes szegmensek válaszainak az arányában. Ugyancsak jelentős arány, 81% említette a pálinka étvágygerjesztő hatását. Ezen belül az átlagtól való eltérés két esetben volt szembetűnő: a budapestiek esetében kicsit magasabb, 87%, volt azok aránya, akik így vélekedtek, ezzel szemben a legalacsonyabb jövedelműeknél is lehetett eltérést tapasztalni lefelé, náluk azok aránya, akik ezt a fogyasztási alkalmat preferálják, csak 74,5% volt. Megjegyzendő, hogy az emésztést segítő hatást, vagyis a napjainkban inkább javallt étkezés utáni pálinka ivást lényegesen kevesebben, 33% említette fogyasztási alkalmként. A válaszok között jelentős különbségek mutatkoztak az iskolai végzettség, illetve a lakóhely szerint. A magasabb iskolai végzettségű válaszadók szerint jobban tisztában voltak a pálinka emésztést segítő hatásával, mint az alacsonyabb végzettségűek, és hasonló különbség volt megfigyelhető lakóhely szerint, a budapestiek 63,9%-a, a falusiaknál pedig 25,8% gondolta úgy, hogy étkezés után szokás pálinkát fogyasztani. Jó páran, közel a minta fele (45,9%-a) a stressz oldására fogyasztotta a pálinkát, ez alapvetően esti fogyasztást jelentett, és az egyes csoportokban szignifikáns különbségek mutatkoztak. Az esti feszültségoldásnak ez a módja elsősorban a magasabban kvalifikált, és a fővárosi lakosokat jellemezte. Előbbiek 55%-a jelölte fogyasztási alkalmként, a fővárosiak kétszer olyan arányban, mint a vidéken élők. Különbségek jelentkeztek kor szerint is, főleg a 26-35 éves korosztály élt, ezzel a stressz oldásnak vitatható módjával.

A kutatás kitért a pálinkával kapcsolatos fogyasztói asszociációkra. A pálinkával kapcsolatos pozitív asszociációk 21%-a a pálinka kedvezőnek vált élettani hatásaira vonatkozott, úgy mint: „mértékkel egészséges”, „jó a gyomorfájásra, tisztító, erősítő”, „jó a magas vérnyomás ellen”, „étvágygerjesztő”.

GfK Hungaria Piackutató Intézet ugyancsak az AMC megbízásából végzett egy reklámkampányt előkészítendő fogyasztói szokás felmérést. Az omnibusz kutatás kétlépcsős, rétegzett mintavétellel történt, a megkérdezettek száma 960 fő volt, nem, kor, településnagyság és régiók szerint reprezentatív mintán. A felmérés kiértékelése során a kutató intézet imázs profilokat készített, és összehasonlította a pálinkát fogyasztó, a pálinkát nem, de más szeszesitalt fogyasztók, és az alkoholt elutasítók pálinka imázsát. Az élettani hatásokra utalás az imázs-faktorokban jelent meg. A pálinkafogyasztók az átlagnál erősebben gondolták, hogy a pálinka jó életérzést okoz, kevésbé egészségtelen, mint más égetett szeszesital, valamint azt, hogy gyomorpanaszokra kiváló. (TOTTH et al., 2014.)

Az NRC piackutató a fiatalok között végzett 2008. évi kutatásában az 1000 fős mintán, a 18-39 évesek körében végzett online felmérésben a fiatalok 47%-a értett egyet azzal, hogy a pálinkának orvosiilag igazolt kedvező hatásai vannak az emberi szervezetre, 37% szerint kis mennyiségben egészséges, 34% vélte úgy, hogy nagyon jó étvágygerjesztő, és 28% tartotta jónak fog-, gyomor- és torokfájásra.

A Budapesti Gazdasági Főiskola Kereskedelem és Marketing Intézete először 2010-ben végzett, a minta elemszámot tekintve jelentős kvalitatív és kvantitatív vizsgálatot. (HLÉDIK et al., 2011.) A többlépcsős kutatási folyamat első fázisa egy kvalitatív felmérés volt, melynek során 80 kézirat került értékelésre a hagyományos tartalomelemzéssel. A vizsgálatban olyan személyek vehettek részt, akik betöltötték 23. életévüket, és a felmérést megelőző három hónapban fogyasztottak pálinkát. Az első, kvalitatív kutatási fázis alapvetően a hazai pálinkafogyasztási és vásárlási szokások, a fogyasztói preferenciák legmarkánsabb vonásainak megismerését szolgálta. A pálinkával kapcsolatos fogyasztói

asszociációk túl azon, hogy feltárták a pálinkafogyasztás jellemző szituációit, az gyümölcs, illetve a tájegység preferenciákat, kitértek a pálinka bizonyos élettani vonatkozásaira is. Egyik meghatározó volt ezek közül az étvágygerjesztő hatás, melyet sokan az egyik meghatározó fogyasztási alkalmaként említettek. Számos interjúalany a pálinkát gyógyszernek minősítette, mely fertőtlenítő hatása révén kiválóan alkalmas egyes betegségek kezelésére, megelőzésére: „Egy „kis lélekerősítő kortyolgatása kifejezetten egészséges, jótékony hatású.”. A kvalitatív kutatást követő kvantitatív vizsgálatok számszerű eredményekkel erősítették meg a minőségi felmérés során tapasztaltakat. Az 1487 főre kiterjedő vizsgálat Likert skálán mérte az állításokkal való egyetértést. Azzal az állítással, mely szerint a gyomorproblémákra kifejezetten jó a pálinka, 39% teljes mértékig, 34% inkább egyet értett, tehát ezt az állítást a minta közel $\frac{3}{4}$ -e elfogadta, sőt még azzal az állítással, hogy „egészséges a reggelt pálinkával kezdeni” 25% fogadta el. A nők esetében figyelemreméltó különbség volt megfigyelhető az egyes korcsoportok között. A 35-60 év közötti fogyasztók körében fokozottan érezhető volt a pálinka pozitív élettani hatásaival való egyetértés, hogy: étvágygerjesztő és gyomorpanaszok enyhítésére alkalmas, ugyanakkor a fiatalabbak esetében a negatív asszociációk túlsúlya (másnaposság, részegség, alkoholizmus) volt megfigyelhető. (TOTTH et al., 2011.)

A Kereskedelem és Marketing Intézet 2016-ban megismételte vizsgálatát, a kvantitatív felmérés során ugyanazt a kérdőívet használva. A megkérdezettek, illetve az értékelhető kérdőívek száma 1087 volt. Az egyes egészséggel kapcsolatos kérdésekre adott válaszok aránya némileg módosult. Azzal az állítással, mely szerint a gyomorproblémákra kifejezetten jó a pálinka, 37% teljes mértékig, 27% inkább egyet értett, tehát ezt az állítást a minta közel $\frac{2}{3}$ -a fogadta el, míg a másik előbb említett állítással, nevezetesen azzal, hogy „egészséges a reggelt pálinkával kezdeni” gyakorlatilag ugyanolyan arányban (+2%) értettek egyet. (TOTTH et al., 2017.)

A Budapesti Gazdasági Egyetem Külkereskedelmi Kara 2018 februárjára további 67 egyéni mélyinterjúval bővítette a kvantitatív adatfelvételét. Az interjúk alanyainak kiválasztása során a korábbi vizsgálattal azonos szűrőfeltételeket alkalmazva, a kéziratokat hagyományos tartomelemző módszerrel elemezve készült a kutatás. A pálinkával kapcsolatos asszociációk a 2010-es kutatás eredményeit igazolták, a megkérdezettek többször kiemelték a pálinka gyógyító, fertőtlenítő hatását, kedvező élettani hatásai között említették a feszültség oldást, a stressz kezelést, de betegségek kezelésének egyfajta lehetőségeként is felmerült. Többen egészségesnek ítélik a pálinka mérsékelt fogyasztását, megítélésük szerint javítja a közérzetet, segíti a bélrendszer működését, étvágygerjesztő hatású és jótékony hatással van az emésztésre. Az eredményekből sajnos látszik, hogy a megkérdezettek a házi pálinkát preferálják a kereskedelmi forgalomban lévő termékekkel szemben, annak ellenére, hogy a legtöbb házi pálinkaként értékesített ital ismeretlen eredetű és nem ellenőrzött körülmények között állítják elő: „*A pálinkáról elsöre a jó hangulat ugrik be, a családi összejövetelek, az hogy magyar termék, gyümölcsös, fertőtlenítő hatású, tiszta és természetes anyagokból készül, ha házi pálinkáról van szó.*”

A Földművelésügyi Minisztérium, az Agrárgazdasági Kutató Intézet és a Szent István Egyetem 2016-ban egy közös országos felmérést végzett, mely elsősorban a pálinkával kapcsolatos fogyasztói tudásszint felmérésére, az alkoholfogyasztási szokásokra és az ezt meghatározó tényezők megismerésére irányult. A pálinkafogyasztási alkalmak között több olyat is jelöltek, amely kapcsolódik valamilyen várt fiziológiai előnyhöz, kedvező élettani hatás céljából történik tehát a fogyasztás. A Likert skálán felmért eredmények között a betegségek tüneteinek a kezelése a harmadik, 3,16, a stressz oldás a nyolcadik 2,77, az egészség megőrzés a tizedik, 2,35, legmagasabb értéket kapta a válaszolóktól. (SZEGEDYNE et al., 2016.)

4. Következtetések és javaslatok

Az elmúlt évek pálinkafogyasztással kapcsolatos felmérései azt mutatják, hogy a pálinkát fogyasztók jelentős része a mérsékelt pálinkafogyasztásnak tulajdonít kedvező élettani hatást, elsősorban gyomorpanaszok megelőzésére és kezelésére, a stresszes állapotok oldására, valamint az emésztés elősegítésére és étvágygerjesztésre alkalmazzák. A különböző szegmensek eltérő mértékben és némileg eltérő esetekben emelik ki a pozitív élettani hatásokat, a magasabban kvalifikált és elsősorban városban lakóknál a stressz oldás az amire a többi csoporthoz képest kiemelkedő mértékben használják. Ugyanakkor a fogyasztói vélemények nem egyértelműek a mérsékelt fogyasztás tekintetében, nem terjed ki az eltérő egyéni adottságokra és az életvitellel kapcsolatos egyéb, az egészségre pozitív hatással bíró körülményekre, mint a táplálkozás, a rendszeres testmozgás, a dohányzás kerülése, valamint az egyes speciális élethelyzetek (betegség, áldott állapot).

A felmérés alapján tett javaslatok nem mutathatnak kiemelkedő kreativitást. A javaslataink kétirányúak, egyrészt a fogyasztók ez irányú ismereteinek a bővítésére, valamint a termékpreferenciák irányítására vonatkoznak. Alapvetően az edukáció erősítése, a mérsékletesség fogalmának pontosítása és sulykolása, illetve azoknak a tényezőknek az eddigieknél nyomatékosabb ismertetése, amelyek az orvosi vizsgálatok szerint kedvezőbb „befogadói situációt” teremtenek az alkoholfogyasztáshoz (rendszeres sportolás, stb.).

Másrészt a termékpreferencia alakítás során az alacsonyabb alkoholtartalommal rendelkező termékek, és az ismert, megbízható forrásból, kereskedelmi forgalomban kapható, ellenőrzött pálinkák (és nem a sokszor megbízhatatlan eredetű és beltartalmú házi párlatok) fogyasztásának propagálása a cél, az előbb említett termékekkel szemben.

5. Összefoglalás

Az alkoholfogyasztásnak az emberi szervezetre gyakorolt hatásairól számtalan tanulmány született, avatottak tollából. A pálinka ezer szállal kötődik a magyarsághoz, a magyar kultúrában, történelemben sajátos helyet vívott ki az elmúlt évszázadok alatt, a pálinkát autentikus magyar italnak tekinthetjük. A felnőtt hazai lakosság közel fele, kisebb-nagyobb gyakorisággal, de fogyaszt pálinkát. Tanulmányunkban azt vizsgáltuk, az elmúlt két évtizedben készült, a pálinkafogyasztási szokásokat vizsgáló tanulmányok elemzése alapján, hogy a fogyasztók, milyen pozitív élettani hatásokat tulajdonítanak a pálinkának. A hat jelentősebb kutatásokon alapuló tanulmány alapján megállapítottuk, hogy a magyar lakosság a pálinka fogyasztását számos olyan megfontolással társítja, amelyek valamilyen kedvező élettani hatással párosulnak. Ezek közül kiemelkedő szerepe van a gyomorpanaszokra gyakorolt a fogyasztók által vélt kedvező hatásnak, de sokak számára az étvágygerjesztő valamint a nyugtató, stressz oldó hatása is potenciális fogyasztási lehetőséget jelent. A pozitív élettani hatások vélelmezése tekintetében a különböző demográfiai csoportok között jelentős különbségek figyelhetők meg. Az eredmények rámutattak a témával kapcsolatos edukáció fontosságára, és arra, hogy az edukációnak az egészségre gyakorolt hatások mellett a fogyasztói preferencia alakításával is foglalkoznia kell.

Irodalomjegyzék

Balázs Géza (1998): A magyar pálinka. Aula Kiadó. Budapest. p. 168.

Bálint Lajos (2010): A területi halandósági különbségek alakulása Magyarországon 1980–2006, Központi Statisztikai Hivatal Népeségtudományi Kutatóintézetének Kutatási Jelentései, pp. 33-43.

A hatékony marketing – EMOK 2018 Nemzetközi Tudományos Konferencia konferenciakötete

Elekes Zsuzsanna (2000): Alkoholprobléma az ezredvégi Magyarországon. in: Elekes Zs. Spéder Zs. szerk: Törések és kötések a magyar társadalomban. Budapest. Andorka Rudolf Társadalomtudományi Társaság-Századvég Kiadó. p. 152-169.

Harcza Imre Milán.: A pálinkafőzés gazdasági hatásainak vizsgálata. Doktori értekezés tervezet, Debrecen. Ihrig Károly Gazdálkodás- és Szervezéstudományok Doktori Iskola

Hlédik Erika - Totth Gedeon - Fodor Mónika (2011): A pálinkavásárlási döntést befolyásoló tényezők. Marketing és Menedzsment 45 (2).pp. 16-22.

Kai M - Szetei D (2011): A tradicionális lepárlás művészete. Editorial Unico, 146 p.

Lukácsy György (2018): Mesés pálinkák nyomában. Bozsik Imre és a Szamosszegi Pálinkaház. Magyar konyha 42. évf. 2018. 4.sz. pp. 56-59.

Mitterpacher Lajos (1815): Rövid oktatás a' szőlő műveléséről és bor, pálinka és etzet készítettéséről. (ford. Pósfai Janos). Királyi Magyar Egyetemi Nyomda. Budapest. pp. 91-105.

Osztróvszky Antal (1943): Ipari likörgyártás, A' Királyi Magyar Universitas' betűivel. Buda. pp. 172-174.

Rodler Imre (szerk) (2004): Táplálkozási ajánlások a magyarországi felnőtt lakosság számára. Országos Egészségfejlesztési Intézet. pp 17-18.

Szegedyné Fritz Ágnes - Szakos Dávid – Bódi Barbara - Kasza Gyula (2017): Pálinka: fogyasztói ismeretek, preferenciák, fogyasztói szokások, marketing lehetőségek. Gazdálkodás, 61. évfolyam 2. szám. pp. 158-170.

Szolnoki Gergely - Totth Gedeon (2018): A magyar borszektor elemzése piaci és fogyasztói szempontból. Borászati füzetek 1 (melléklet) pp. 1-30.

Totth Gedeon (2009): Stratégiai kihívások a megváltozott gazdasági környezetben a minőségi pálinka hazai forgalmazásában. In: Losoncz Miklós - Solt Katalin - Szigeti Cecília (szerk.) Kautz Gyula emlékkötet: Halálának 100. és születésének 180. évfordulója alkalmából. Győr, pp. 233-242.

Totth Gedeon (2017): Pálinkamarketing. In: Szakály Z (szerk.) Élelmiszer-marketing. Budapest: Akadémiai Kiadó, pp. 478-483.

Totth Gedeon - Fodor Mónika - Hlédik Erika (2014): Újrapozicionált termék a fogyasztói preferenciák tükrében. Változó fogyasztói szokások a pálinkapiacra. In: Lehota József - Berács József - Rekettye Gábor (szerk.) Tomcsányi Pál akadémikus 90 éves: Az életminőség anyagi és szellemi igényeinek kielégítése fogyasztási marketing szemlélettel: Felolvasó ülés és tanulmánykötet, Budapest, pp. 111-128.

A hatékony marketing – EMOK 2018 Nemzetközi Tudományos Konferencia konferenciakötete

Totth Gedeon - Hlédik Erika - Fodor Mónika (2011): Pálinkával kapcsolatos fogyasztói percepciók és preferenciák elemzése kvalitatív kutatás eredményeinek tükrében. Marketing és Menedzsment 45 (2) pp. 11-15.

Totth Gedeon - Kovács Ildikó - Mezőné Oravecz Titanilla Éva - Zarádné Vámosi Kornélia (2017): A fiatalok pálinkafogyasztási szokásai. In: Bányai Edit - Lányi Beatrix - Töröcsik Mária (szerk.): Tükröződés, társtudományok, trendek, fogyasztás: Egyesület a Marketing Oktatásért és kutatásért (EMOK) XXIII. országos konferencia: Tanulmánykötet. pp. 230-238.