

FIMM STAÐREYNDIR UM ÁFENGI OG KRABBAMEIN

Hér má finna upplýsingar um tengsl áfengisneyslu og ýmissa tegunda krabbameina.

1. Áfengi getur valdið að minnsta kosti sjö tegundum krabbameina

Áfengi getur meðal annars valdið krabbameini með skemmdum á DNA. Þekkt er að neysla áfengis eykur hættuna á krabbameinsmyndun í:

- Munnholi
- Koki og hálsi
- Vélinda
- Barkakýli
- Lifur
- Ristli og endaparmi
- Brjóstum kvenna



2. Mismunandi er hvaða krabbamein greinast hjá körlum og konum

Á Evrópusvæði Alþjóðaheilbrigðismálastofnunar (WHO) árið 2018 reyndust algengustu tegundir krabbameina af völdum áfengisneyslu vera **brjóstakrabbamein (hjá konum)** og **ristilkrabbamein (hjá körlum)**.

Fleiri en 110.000
krabbameinstilfelli
hjá körlum

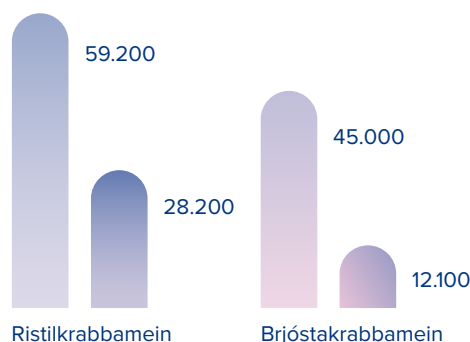
Nærri 70.000
krabbameinstilfelli
hjá konum

Nærri 92.000
dauðsföll af völdum
krabbameina

...má rekja til neyslu áfengis í Evrópu árið 2018.

Á árinu 2018 olli neysla áfengis u.þ.b.:

- 45.000 tilfellum og 12.100 dauðsföllum tengdum brjóstakrabbameini (hjá konum).
- 59.200 tilfellum og 28.200 dauðsföllum tengdum ristilkrabbameini (hjá körlum og konum).



3. Hættan á krabbameini af völdum áfengis eykst með aukinni neyslu

Allar tegundir áfengra drykkja, þ.m.t. bjór, vín og sterkt áfengi, geta valdið krabbameini. **Engin örugg mörk** eru á neyslu áfengis, hættan er fyrir hendi strax við neyslu lítills magns og eykst umtalsvert eftir því sem meira áfengis er neytt.

Fleiri en **1 af hverjum 10** krabbameinstilfellum tengdum áfengisneyslu á Evrópusvæði WHO á árinu 2018 mátti tengja daglegri neyslu aðeins:



4. Notkun tóbaks og áfengis margfaldar hættuna á krabbameini

Fólk sem neytir bæði áfengis og tóbaks er **5 sinnum** líklegra til að **fá krabbamein** í munnholi, koki, barkakýli og vélinda, samanborið við þá sem neyta eingöngu áfengis eða eingöngu tóbaks. Fyrir þá sem drekka mikið áfengi að staðaldri er áhættan allt að **30 sinnum hærri**.



5. Hægt er að fyrirbyggja krabbamein af völdum áfengisneyslu

Minni áfengisneysla dregur úr áhættunni á krabbameini.

Lagaákvæði sem

- hækka verð áfengis,
- banna eða setja hömlur á markaðssetningu áfengis í hvers kyns miðlum,
- takmarka aðgengi að áfengi

geta stuðlað að minni neyslu og fækkun krabbameina af völdum áfengis.

WHO styður eindregið setningu lagaákvæða um viðvörunarmerkingar á áfengum drykkjum svo almenningur sé meðvitaður um áhættuna og geti tekið upplýstar ákvarðanir, t.d. um að draga úr eða hætta neyslu áfengis.

Saman getum við stuðlað að heilbrigðari Evrópu, lausa við þann skaða sem áfengi veldur.

Frekari upplýsingar og heimildir: „**Alcohol and Cancer in the WHO European Region: an appeal for better prevention**“ (2020).
© Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin 2021. Sum réttindi áskilin. Leyfi: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.