

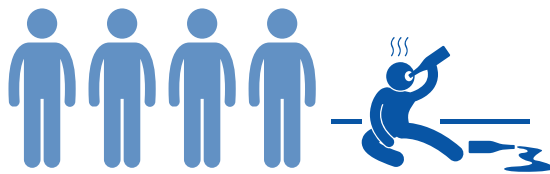


# Alkohol ja vähk – ennetatav risk

„Kui Sa tarvitad ükskõik millist alkoholi, vähenda tarbimist. Vähi ennetamise vaatenurgast on alkoholi mittetarvitamine parim variant.“ – Euroopa vähktõvevastane tegevuskava



WHO Euroopa regioonis on kõrgeim alkoholiga seotud tervisekahjustuste ja enneaegse surma osakaal.<sup>1</sup>



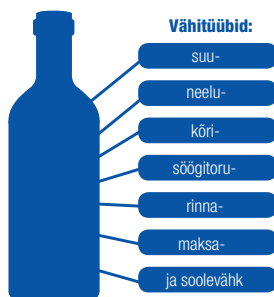
Enam kui üks viiendik üle 15-aastastest Euroopa elanikest tunnistab tugevat episoodilist alkoholi tarvitamist\* vähemalt kord nädalas.<sup>2</sup>

**12% vähijuhtumitest**



Umbes 12% vähijuhtumitest maailmas on seotud alkoholi tarvitamisega.<sup>3</sup>

**60+ haigust, kaasa arvatud**



Alkohol põhjustab enam kui 60 haigust, mille hulgas on ka seitse tüüpi vähki: suu-, neelu-, kõri-, söögitoru-, rinna-, soole- ja maksavähk.<sup>5</sup>

**5,9% surmadest**



Alkohol põhjustab üleilmselt 5,9% surmadest (aastal 2012); üks kaheksast on vähijuhtum.<sup>6</sup>

## Rinnavähk



Rinnavähi suhteline risk on põhjuslikus seoses alkoholi tarvitamisega: iga lisanduva igapäevase alkoholiühiku kohta 7,1%.<sup>7</sup>

## Soolevähk



Eluaegne alkoholi tarvitamine võib soolevähi riski suurendada 23%.<sup>8</sup>

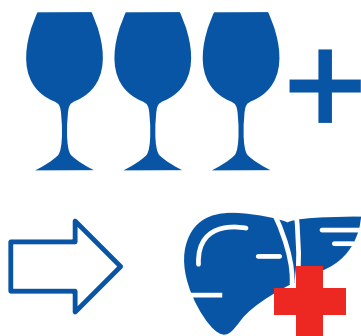
\*viis või enam alkoholühikut korraga

\*\* üks ühik = 10g absoluutset alkoholi



# Alkohol ja vähk – ennetatav risk

## Maksavähk



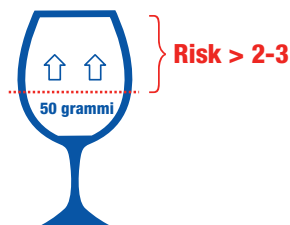
Inimesed, kes joovad enam kui kolm alkoholiühikut päevas, suurendavad maksavähi riski 16% võrra.<sup>9</sup> Alkohol põhjustab enam kui kolmandiku kõigist maksavähi juhtudest, olles selle haiguse peapõhjustaja Kesk- ja Lääne-Euroopas ning teine haigestumise põhjus üleilmsest<sup>10</sup>

## Seedetrakti vähk



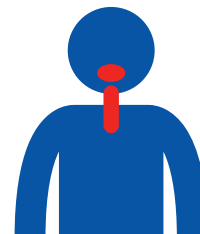
Alkoholi tarvitamine on tõendatud riskifaktor erinevatele seedetraktivähkidele: söögitoru-, maksa-, pankrease-, pärasoole- ja maovähk.<sup>11</sup>

## Pea- ja kaelavähid



Inimestel, kes joovad 50 või enam grammi absoluutset alkoholi päevas, on võrreldes mittejoojatega vähemalt 2–3 korda suurem risk haigestuda pea- või kaelavähki.<sup>12</sup>

## Suu- ja neeluvähk



Enam kui neli alkoholiühikut toob kaasa 5% kasvu suu- ja neeluvähi tekkimisele võrrelduna inimestega, kes ei joo üldse või joovad harva.<sup>13</sup>

- 1 WHO Europe, <http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/alcohol-use/data-and-statistics>. Accessed November 2017.
- 2 WHO Europe, <http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/alcohol-use/data-and-statistics>. Accessed November 2017.
- 3 Cancer Research UK, <http://www.cancerresearchuk.org/health-professional/cancer-statistics/worldwide-cancer/risk-factors>. Accessed November 2017
- 4 <http://cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/en/>.
- 5 Cancer Research UK, <http://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/causes-of-cancer/alcohol-and-cancer/how-alcohol-causes-cancer>. Accessed November 2017.
- 6 WHO Global status report on alcohol and health 2014, [http://www.who.int/substance\\_abuse/publications/global\\_alcohol\\_report/en/](http://www.who.int/substance_abuse/publications/global_alcohol_report/en/). Accessed November 2017.
- 7 British Journal of Cancer (2002) 87, 1234–1245 (18 November 2002) <http://www.nature.com/articles/6600596> and British Journal of Cancer (2015) 112, 580–593 (03 February 2015) <http://www.nature.com/articles/bjc2014579>. Accessed November 2017.
- 8 Ferrari P et al, 2007, 'Alcohol intake and the risk of bowel cancer'. EPIC Oxford, Int J Cancer, pp. 2065-72. <http://www.epic-oxford.org/publications/1428/alcohol-intake-and-risk-of-bowel-cancer>. Accessed November 2017.
- 9 Turati F, Galeone C, Rota M, et al. Alcohol and liver cancer: a systematic review and meta-analysis of prospective studies. Ann Oncol. 2014;25(8):1526-1535 <https://academic.oup.com/annonc/article-lookup/doi/10.1093/annonc/mdu020>. Accessed November 2017.
- 10 JAMA Oncology, 2017 - JAMA Oncol. doi: 10.1001/jamaoncol.2017.3055. Published online October 5, 2017. Accessed November 2017.
- 11 Ueg - United european gastroenterology, <https://www.ueg.eu/publications/alcohol-and-digestive-cancers-report/>. Accessed November 2017.
- 12 The Lancet, <http://oncology.thelancet.com> Vol 8 April 2007 [http://www.thelancet.com/pdfs/journals/lanonc/PIIS1470-2045\(07\)70099-2.pdf](http://www.thelancet.com/pdfs/journals/lanonc/PIIS1470-2045(07)70099-2.pdf). Accessed November 2017.
- 13 Oral Oncology – Head and Neck Oncology [http://www.oraloncology.com/article/S1368-8375\(10\)00136-3/fulltext](http://www.oraloncology.com/article/S1368-8375(10)00136-3/fulltext). Accessed November 2017.

\*\* üks ühik = 10g absoluutset alkoholi