



Av og til



KREFTFORENINGEN

Dette er
sammenhengen
mellom alkohol
og kreft

Alkohol øker risikoen for flere krefttyper

De fleste kjenner nok til fra før at røyk øker risikoen for kreft. Det kanskje færre vet, er at alkohol også gjør det. Alkoholholdig drikke er i seg selv et kreftfremkallende stoff, og alle typer alkohol øker risikoen for kreft.

Hvis man drikker alkohol og røyker samtidig, mangedobles risikoen for å utvikle kreft i munnhulen, svelget, strupehode og spiserør, sammenlignet med personer som kun drikker alkohol eller kun røyker.



Ukjent sammenheng

I Norge kan omtrent 3 prosent av alle krefttilfeller tilskrives alkoholbruk. Det tilsvarer rundt 1000 kreftdiagnoser i året.

Denne sammenhengen er ukjent for mange.

Forskning har dokumentert en årsakssammenheng mellom alkohol og syv kreftformer:

- Munn
- Svelg
- Strupe
- Spiserør
- Bryst
- Lever
- Tykk- og endetarm

Slik kan du forebygge

Vi har ingen garanti mot å utvikle kreft, men vi kan ta noen valg som reduserer risikoen. Et av dem er å kutte ned på alkoholen.

Det finnes ingen nedre grense som er sikker. Men det er imidlertid godt dokumentert at risikoen reduseres for hvert glass du kutter.



Lurer du på noe mer?
Ta kontakt med fastlegen.

Av-og-til er en ideell organisasjon som jobber for bedre alkovett. Gjennom forebyggende arbeid skal vi bidra til å redusere de negative konsekvensene alkoholbruk har for samfunnet.

Alkovett er å ha et bevisst forhold til egen drikking. Det er å tenke over om man skal drikke, og når man skal stoppe. Alkovett er bra for deg – og bedre for alle.

