



Av og til



KREFTFORENINGEN

Dette er
sammenhengen
mellom alkohol
og kreft

Alkohol aukar risikoen for fleire krefttypar.

Dei fleste veit nok at røyking aukar risikoen for kreft. Det kanskje færre veit, er at alkohol også gjer det.

Alkoholhaldig drikke er i seg sjølv eit kreftframkallande stoff, og alle typar alkohol aukar risikoen for kreft.

Når ein drikk alkohol og røykjer samtidig, blir risikoen for å utvikle kreft i munnhøla, svelget, strupehovudet og matrøyret mangedobla samanlikna med om ein berre drikk alkohol eller berre røykjer.



Ukjend samanheng

I Noreg kan omtrent 3 prosent av alle krefttilfelle tilskrivast alkoholbruk. Det svarer til rundt 1000 kreftdiagnosar i året.

Denne samanhengen er ukjend for mange.

Forsking har dokumentert at det er ein årsakssamanheng mellom alkohol og sju kreftformer.

- Munn
- Svelg
- Strupe
- Matrøyr
- Bryst
- Lever
- Tjukk- og endetarm

Slik kan du førebyggje

Vi har ingen garanti mot å utvikle kreft uansett kor lite vi drikk, men vi kan gjere nokre val som reduserer risikoen. Vi kan til dømes drikke mindre alkohol.

Det finst inga nedre grense som er sikker. Men det er godt dokumentert at risikoen blir redusert for kvart glas du lèt vere å drikke.



Lurer du på noko meir?
Ta kontakt med fastlegen.

Av-og-til er ein ideell organisasjon som jobbar for betre alkovett. Gjennom førebyggjande arbeid skal vi bidra til å redusere dei negative konsekvensane alkoholbruk har for samfunnet.

Alkovett er å ha eit bevisst forhold til eiga drikking. Det vil seie at du på førehand tenkjer over om du skal drikke, og når du skal stoppe. Alkovett er bra for deg – og betre for alle.

