

حقائق عن الكحول والصحة

التأثيرات: الصحة (منظمة الصحة العالمية و منظمة الصحة العالمية/أوروبا).

- يعد الاستخدام الضار للكحول مسؤولاً عن 7,1% و 2,2% من العبء العالمي للمرض بالنسبة للذكور والإناث على الترتيب.
- الكحول هو عامل الخطر الرئيسي للوفاة المبكرة والعجز بين أولئك الذين تتراوح أعمارهم بين 15 و 49 عامًا، وهو مسؤول عن 10 في المائة من جميع الوفيات في هذه الفئة العمرية.
- 4,1% من جميع حالات السرطان الجديدة في عام 2020 تُعزى إلى استهلاك الكحول. ([The Lancet](#))
- يرتبط تعاطي الكحول بسبعة أنواع من السرطان: أكثرها شيوعًا عند الرجال هو سرطان المريء (7,28%)، يليه سرطان الكبد (8,24%)، والقولون، وتجويف الفم، وسرطان المستقيم والبلعوم (الحلق). الأكثر شيوعًا عند النساء هو سرطان الثدي (57%) والمريء (4,15%). ([الوكالة الدولية لبحوث السرطان](#))
- ارتفع متوسط الاستهلاك العالمي للفرد من 5,5 لترات في عام 2005 إلى 6,4 لترات في عام 2016. انخفض الاستهلاك الإقليمي للفرد في أوروبا من 12,3 لترًا إلى 9,8 لترات، بينما زاد في جنوب شرق آسيا.¹
- تنشأ أكثر من 10% من حالات السرطان التي تُعزى للكحول في الإقليم الأوروبي لمنظمة الصحة العالمية من شرب زجاجة واحدة فقط من البيرة (500 مل) أو كأسين صغيرين من النبيذ (100 مل لكل منهما) كل يوم. بالنسبة لسرطان الثدي، هذا أعلى من ذلك: تحدث حالة واحدة من كل أربع حالات سرطان الثدي تُعزى إلى تعاطي الكحول في الإقليم بسبب هذه الكمية.
- يعد سرطان الثدي الآن أكثر أنواع السرطانات تشخيصًا في جميع أنحاء العالم، ومن بين أكثر من مليوني حالة تقديرية جديدة في عام 2020، يُعزى حوالي 100000 إلى استهلاك الكحول.
- لا يوجد مستوى آمن لاستهلاك الكحول حتى لو كان خطر الوفاة المرتبطة بالكحول والسرطان على وجه التحديد، يرتفع مع زيادة مستويات الاستهلاك ([The Lancet](#)).

¹ المرجع نفسه.