

Κρασί, μπίρα ή ουίσκι: Ποιο σας απειλεί περισσότερο με καρκίνο;

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Υγεία και ιατρικά θέματα



Ακόμα και ένα ποτηράκι αλκοόλ την ημέρα, είτε πρόκειται για μπίρα, κρασί ή ουίσκι, είναι ικανό να σας αυξήσει κατά 5% τον κίνδυνο εκδήλωσης καρκίνου, με τους επιστήμονες να προειδοποιούν ότι δεν υπάρχει ασφαλές όριο κατανάλωσης



Ακόμα και ένα αλκοολούχο ποτό την ημέρα για δέκα συνεχή έτη μπορεί να αυξήσει κατά 5% τον ατομικό κίνδυνο εκδήλωσης καρκίνου, σύμφωνα με διεθνή μελέτη που δημοσιεύεται στο Cancer.

Ερευνητές από τα πανεπιστήμια του Τόκιο και του Χάρβαρντ, με επικεφαλής τον Δρ. Masayoshi Zaitsu εστίασαν σε δείγμα περισσότερων από 120.000 Ιαπώνων και διαπίστωσαν ότι η τακτική κατανάλωση αλκοόλ, αύξανε ουσιαστικά τον κίνδυνο εκδήλωσης καρκίνου. Αντιθέτως τα άτομα που δεν έπιναν ποτέ αλκοόλ στη ζωή τους είχαν ελάχιστες πιθανότητες να εκδηλώσουν κάποια μορφή καρκίνου.

Διαπίστωσαν μάλιστα ότι δύο ποτά την ημέρα για πέντε χρόνια αύξαναν την πιθανότητα καρκίνου όσο και ένα ποτό ημερησίως για μια δεκαετία.

Το ένα ποτό ορίστηκε σε: ένα μεσαίου μεγέθους ποτήρι κρασί (180ml/6oz), 500ml (17oz) μπίρας ή 60ml (2oz) ούσκι.

Ο συνηθέστερος καρκίνος που σχετίστηκε με την κατανάλωση αλκοόλ ήταν της στοματικής κοιλότητας του λαιμού και του φάρυγγα, καθώς και ο καρκίνος του μαστού στις γυναίκες.

Μάλιστα για κάθε 100 μη πότες που εκδηλώνουν καρκίνου, το ίδιο θα συμβεί σε 105 άτομα που πίνουν μια φορά την ημέρα αλκοόλ.

«Ακόμα και η ελαφριά έως μέτρια κατανάλωση αλκοόλ φαίνεται να σχετίζεται με

αυξημένο κίνδυνο καρκίνου», υπογραμμίζεται στα συμπεράσματα των ερευνητών.

Πάντως θα πρέπει να σημειωθεί ότι, η μελέτη έγινε σε Ιάπωνες και ενδεχομένως τα συμπεράσματα να μην αφορούν την καυκάσια φυλή. Κι αυτό διότι, μελέτες για την κατανάλωση αλκοόλ σε ασιατικούς πληθυσμούς έχουν δείξει ότι το ποτό έχει διαφορετική επίδραση λόγω γενετικών διαφορών στην πέψη του. Περίπου το ένα τρίτο των Κινέζων, Ιαπώνων και Κορεατών κληρονομούν μια γενετική αλλαγή που δυσχεραίνει την πέψη του αλκοόλ με ότι αυτό μπορεί να συνεπάγεται συνολικά για την υγεία τους. Πρόκειται για ανεπάρκεια του ενζύμου αλδεϋδη αφυδρογονάση που αυξάνει τον κίνδυνο σχετιζόμενου με το αλκοόλ καρκίνου.

Πηγή: ygeiamou.gr