

“感情深，一口闷”，要小心了！

喝酒会增加患癌风险又增添实锤

多项研究表明 喝酒会增加患癌风险

10月20日,BJC(British Journal of Cancer)在线发布一项研究,该研究分析了澳大利亚226162名超过45岁人群的喝酒行为与癌症发生风险之间的关系,发现喝酒与多种肿瘤发生风险增加有关。结果显示,共17332人确诊为癌症。饮酒增加与上消化道肿瘤、口腔和咽部肿瘤、食管癌、结肠癌、直肠癌、肝癌和乳腺癌发生风险增加有关。

其实喝酒与肿瘤之间的关系研究也不止这一次。在近几年中,越来越多的证据表明喝酒与某些癌症风险之间存在关联。早在2017年初,英国著名医学杂志《成瘾》(Addiction)刊登的一项研究指出,酒精可以致癌,并且至少与7种癌症相关:口咽癌、喉癌、食管癌、肝癌、结肠癌、直肠癌和乳腺癌。此外,酒精还会导致皮肤癌、前列腺癌和胰腺癌。而且,饮酒量越大,罹患癌症的风险也越大。

另外,欧洲肠胃病学学会(UEG)于2017年7月4日发表以“饮酒与消化道肿瘤”为主题的调查报告,报告称饮酒是60余种疾病的风险因素之一,过量饮酒更是会提高食管癌、肝癌、胰腺癌、结肠癌及胃癌等疾病的发病率及死亡率。

而在今年的1月3日,发表在《自然》杂志上的一项关于饮酒与癌症关联的研究表明,酒精会对身体干细胞造成不可逆的遗传损伤。这项使用转基因小鼠的研究提供了迄今为止最有信服力的证据——即酒精通过扰乱细胞中的DNA而诱发癌症,最终导致致命的突变。

早饭也喝酒 口腔溃疡不愈合 最终查出癌

56岁的何先生(化姓)年轻时就开始喝酒,喝了二十多年。近五六年来,他越来越离不开酒了。口腔溃疡也找上了他,而且伤口总是难以愈合。“一天三顿不落酒,早饭都要喝,一顿不喝,脾气就大得很。”就诊时,何先生的爱人抱怨说。何先生对酒精的依赖性非常高,最终他被确诊为口腔癌。

“酒精成瘾会导致患者罹患口腔癌的几率增加。”江苏省肿瘤医院遗传学博士陈森清告诉记者。他介绍,酒精成瘾,往往给患者的身体带来生理和心理上的双重伤害。

除了口腔癌,喝酒也会导致其他癌症发生风险增加。酒精在消化道中代谢后进入血液,经血液循环被带到身体各处,由此也给各个器官带来了伤害。

专家说,长期大量饮酒,肝脏负担加重,肝脏处理有毒物质(包括致癌物质)的能力降低,除诱发肝癌外,还可能诱发口腔癌、咽喉癌、食管癌和乳腺癌。有些劣质白酒系霉变粮食酿造,含有大量的黄曲霉素,酿酒时是无法将这些毒素灭活或去除的,黄曲霉素是强烈致癌物,可诱发肝癌、胃癌等肿瘤。

饮酒十多年 被发现肝硬化腹水

因为饮酒引起的肝损伤的病人还是很常见的,南京市第二医院副院长、肝病科主任医师杨永峰介绍,他在临床中见得比较多的是酒精性的肝损伤,还有不少患者进展为酒精性肝硬化,而导致肝腹水,进展成为终末期肝病的患者也很多。有数据显示,如果患者的病情到了肝硬化阶段,那每年发生肝癌的概率有1%,但如果能把导致患病的病因控制了,发生肝癌可能会下降到0.2%。

65岁的张先生是滁州人,很喜欢饮酒,基本上每天都喝至少半斤酒,喝了十几年,一直有酒精性脂肪肝。他也没当回事,还是继续喝。后来他出现食欲减退、乏力、容易疲劳,家人带他到当地医院,医院一检查已经是肝硬化腹水了,医生建议治疗的同时要戒酒,但他还是忍不住,出院后又偷偷喝酒。后来,他的情况越来越严重,出现腹痛、腹胀,当地医院也没有更多的解决办法,家人带他找到了杨永峰。

杨永峰说,当时张先生的情况很差,经过一段时间的住院治疗,他的肝腹水基本得到控制。但想控制疾病的继续进展,用药只是一个方面,肯定是要戒酒的,“肝脏主要用于解毒和消化,一旦负荷过重就会加剧损害,喝得太多肯定要把肝脏累坏了。”他强调。

长期饮酒 为什么会增加患癌风险

陈森清介绍,喝酒会导致癌症发生风险增加,目前比较确定的是,癌症的发生是由外部因素和内部因素共同导致的,外部因素主要是指环境和生活方式,内部因素是指遗传特质。

饮酒属于一种生活方式,而每个人的酒精代谢速度与遗传特性相关,属于内部因素。酒精的化学成分主要是乙醇,进入身体后,在相关代谢酶的作用下,乙醇代谢成乙醛,乙醛再代谢成水。“乙醛是个坏东西,在体内停留的时间越久,致癌的风险就越大。”陈森清表示。

杨永峰介绍,长期饮酒会增加肝癌的风险是肯定的。他解释,乙醇本身没有致癌性,但进入体内的乙醇约95%在肝脏中进行分解代谢,经常连续饮酒,会增加患酒精性脂肪肝的风险。长期饮酒不仅会引起酒精性肝病,还可能引起酒精性的肝硬化,在反复肝损伤的基础上,最终进展为肝癌。

“经常喜欢喝酒的人,也可能有一些其他不良的生活习惯,比如熬夜、高热量饮食等等,这也会增加一些疾病进展的可能。”杨永峰表示。

喝酒增加患癌风险,再添实锤。日前,BJC(British Journal of Cancer)在线发布的一项研究表明,分析澳大利亚226162名超过45岁人群的喝酒行为与癌症发生风险之间的关系,发现喝酒与多种肿瘤发生风险增加有关。古人有云“小酌怡情,豪饮伤身”,那么饮酒到底是如何伤身的?为何会导致癌症发生的风险增加?现代快报记者采访了相关专家。

现代快报+ZAKER南京记者
梅书华 任红娟

专家
建议

喝一口酒也是伤害 能不喝就不喝

在大众的认知中,普遍存在这样的想法,觉得少量饮酒有益健康,每天一杯红酒软化血管,每天两口把病喝走。实际上,从健康角度考虑,喝一口酒也是伤害。陈森清建议,最好不饮酒,如果非喝不可,也尽量做到喝酒不醉酒,建议不要空腹饮酒,可以在喝酒前吃些高蛋白的食物,保护胃黏膜,减缓乙醇代谢的速度,以此达到降低伤害的作用。

专家说,酒精对于人体的损伤是蓄积的,少量常年饮酒即使短时间内没有明显伤害,但是长时间地积累会导致严重的损伤。而且任何的酒对肝脏都是有损伤的,尤其是老年人肝脏解毒功能大大降低,饮酒很容易导致许多不良事件,特别是癌症的发生。患肝炎肝硬化的老人,应坚决戒酒。