

АЛКОХОЛЪТ И РАКЪТ В ЕВРОПЕЙСКИЯ СЪЮЗ

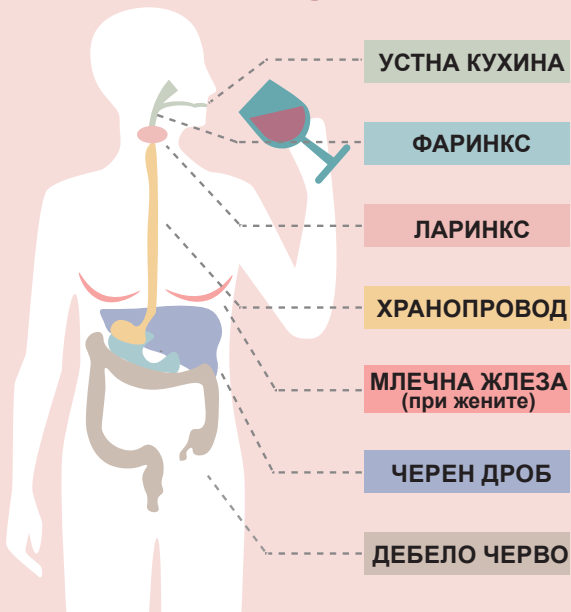
ПРИЗИВ ЗА ДЕЙСТВИЕ

В настоящия момент, ракът е **втората водеща причина за смърт в Европейския съюз (ЕС)**, където броят на онкологичните и смъртните случаи се увеличава. Въпреки че ракът е комплексно заболяване, повлияно от генетични фактори и тези на околната среда, ракът се дължи до голяма степен на същите поведения, които причиняват и други хронични незаразни болести (ХНБ), като: **тютюнопушенето, употребата на алкохол, липсата на физическа активност и нездравословното хранене.**

Европа е на първо място по употреба на алкохол в света. **Седем от десетте държави с най-високи нива на консумация на алкохол се намират в ЕС**, където приблизително 240 000 души са починали поради употреба на алкохола през 2019 г., а **3 от всеки 10 смъртни случая, свързани с алкохола, се дължат на онкологичните заболявания**¹.

¹ WHO, Global Health Observatory, 2023.

ДОКАЗАТЕЛСТВАТА ЗА ВРЪЗКАТА МЕЖДУ АЛКОХОЛА И РАКА НЕ СА НОВИ



Още през 1988 г. Международната агенция за изследване на рака (IARC) класифицира алкохолните напитки като канцерогенни - вещества, които могат да причинят или допринесат за развитието на рак при хората².

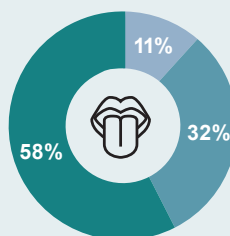
УПОТРЕБАТА НА АЛКОХОЛ МОЖЕ ДА ПРЕДИЗВИКА **7** ВИДА РАК

Не е важно какво пиете. **Всяка алкохолна напитка може да причини рак**, защото етанолът в алкохолните напитки и ацеталдехидът, който той произвежда в организма, са канцерогенни. Има много начини, по които алкохолът може да предизвика онкологично заболяване, включително чрез увреждане на ДНК-то.

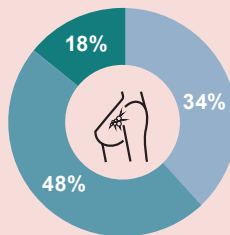
² IARC Monographs on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans. Lyon: International Agency for Research on Cancer, 1987

ПРОЦЕНТ НА СЛУЧАИ НА РАК, ДЪЛЖАЩ СЕ НА АЛКОХОЛА В ЕС

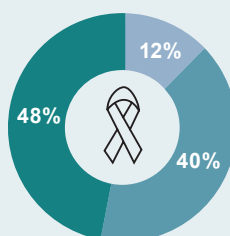
УСТНА КУХИНА



МЛЕЧНА ЖЛЕЗА (ПРИ ЖЕНИТЕ)



ВСИЧКИ ВИДОВЕ РАК



ДОРИ МАЛКО КОЛИЧЕСТВО АЛКОХОЛ МОЖЕ ДА ПРИЧИНИ РАК, ОСОБЕНО ПРИ ЖЕНИТЕ

Пиенето на малки количества алкохол увеличава риска от рак, като колкото повече алкохол консумирате, толкова по-висок е рискът.

Връзката между количеството алкохол, което пиете, и повишеният риск от развитие на рак, варира в зависимост от типа на онкологичното заболяване. При някои видове, като рак на млечната жлеза, дори малко количество алкохол може да повиши риска.

Повече от половината от раковите заболявания, причинени от консумация на алкохол, не са вследствие на високо-рискова употреба, а на умерена и рискова употреба. Почти една трета от случаите на рак на млечната жлеза при жени, причинени от консумацията на алкохол, са резултат от умерена употреба³.

Умерена употреба: максимум 2 напитки или 20 г чист алкохол на ден

Рискова употреба: 3-6 напитки или максимум 60 г чист алкохол на ден

Високорискова употреба: 6 напитки или 60 г чист алкохол или повече на ден

³ WHO & IARC, Alcohol and cancer in the WHO European Region: an appeal for better prevention, 2020.

Забележка: Регионалният офис на СЗО за Европа не определя нива на риск в категории като такива, за конкретните дефиниции, моля, вижте: WHO & IARC, Alcohol and cancer in the WHO European Region: an appeal for better prevention, 2020.

ПОВЕЧЕТО ЕВРОПЕЙЦИ НЕ ЗНАЯТ, ЧЕ АЛКОХОЛЪТ ПРИЧИНЯВА РАК

Докато повечето европейци правилно определят тютюнопушенето като рисков фактор за рака, **осведомеността за връзката между алкохола и онкологичните заболявания е много по-ниска**. По-малко от половината европейци могат да посочат алкохола като рисков фактор за развитие на рак, макар че познанията по този въпрос се различават в различните държави.

Осведомеността за връзката между алкохола и различните видове рак варира и е особено ниска за рака на млечната жлеза. Само **10 до 20%** от хората, анкетирани за причините за рака на млечната жлеза при жените, посочват консумацията на алкохол като причина, докато **40%** от отговорилите свързват рака на черния дроб с употребата на алкохол⁴.

⁴ Daša Kokole, Carina Ferreira-Borges, Gauden Galea, Alexander Tran, Jürgen Rehm, Maria Neufeld, Public awareness of the alcohol-cancer link in the EU and UK: a scoping review, European Journal of Public Health, 2023

ЦЕНАТА, КОЯТО ЕВРОПЕЙЦИТЕ ПЛАЩАТ ЗА КОНСУМАЦИЯТА НА АЛКОХОЛ

През 2020 г. консумацията на алкохол е оценена като причина за 111 300 нови случая на рак в ЕС (4.1% от всички нови случаи). Почти 70% от тях са били регистрирани сред мъжете, частично заради това, че те употребяват около три пъти повече алкохол от жените.

Повечето случаи на онкологични заболявания, причинени от алкохол в ЕС, са на **дебелото черво** (36 900 случая), на **млечната жлеза** (24 200 случая) и на **устната кухина** (12 400 случая).

Икономическият разход за преждевременните смъртни случаи от онкологичните заболявания през 2018 г. в ЕС е оценен на 52.9 милиарда евро, от които 4.58 милиарда евро са свързани с раковите заболявания, причинени от алкохола – което представлява 9% от общите разходи⁵.

⁵ H. Rumgay, M. Ortega-Ortega, L. Sharp, N. Lunet, I. Soerjomataram. The cost of premature death from cancer attributable to alcohol: Productivity losses in Europe in 2018, Cancer Epidemiology, Volume 84, 2023



ВРЕМЕ Е ДА ДЕЙСТВАМЕ СЕГА

Намаляването на риска от онкологични заболявания налага идентифицирането и ограничаването на влиянието на канцерогени като алкохола.

Свързаните с алкохола ракови заболявания могат да бъдат предотвратени чрез намаляване на консумацията на алкохол, както на индивидуално, така и на популационно ниво – чрез ограничаване на разпространението на употребата на алкохол и намаляване на количеството.

Най-ефективните стратегии за намаляване на алкохолната консумация са увеличаване на данъците, намаляване на достъпността и ограничаване или забрана на рекламата.



От първостепенно значение е да се повиши осведомеността за връзката между алкохола и рака чрез:

Поставяне на предупредителни надписи за развитието на ракови заболявания върху етикетите на алкохолните напитки, подобно на тези върху тютюневите изделия, в съответствие с Европейския план за борба с рака.

Прилагане на политики, които дават възможност на здравните специалисти да се ангажират с проблема с употребата на алкохол, да идентифицират съществуващите рискове и да напътстват необходимите промени в поведението.

ПО-МАЛКО КОНСУМИРАН АЛКОХОЛ = ПО-НИСЪК РИСК ЗА РАЗВИТИЕ НА РАК