

アルコールとがん

世界保健機構（WHO）は、アルコールそのものの毒性、アルコールが分解されてできるアセトアルデヒドという毒性の高い物質が、がんの原因に挙げています。

減酒や**禁酒**、**禁煙**、**野菜や果物の摂取**が予防につながります。

また、早期発見のカギは定期的な**がん検診**の受診です。

肝がん

肝硬変の人はなりやすいです。

口腔（口の中）がん・咽頭（のど）がん・食道がん

お酒を飲んだら顔が赤くなるような**お酒に弱い人**、**タバコも吸う人**、**野菜果物不足の人**、は食道がんのリスクがさらに高まります。

胃がん、膵がん

お酒が弱い人は胃がん、**多量飲酒**は膵がんのリスクが高まります。

大腸がん

日本人は同じ飲酒量でも欧米人に比べ大腸がんのリスクが高い傾向です。

乳がん（女性の場合）

アルコールが女性ホルモンを介して乳がんのリスクをあげます。
また、**妊婦**の飲酒は**こどもの骨髄性白血病**や**低体重**、**顔の奇形**、**脳の障害**などのリスクを高めてしまいます。

