KREBS

Krebs ist eine multifaktorielle Krankheit. Alkohol ist nur einer der vermeidbaren Risikofaktoren. Von über hundert Krebsarten werden sechs in Zusammenhang mit – hauptsächlich starkem – Alkoholkonsum gebracht.

> 3 Millionen neue Krebsfälle pro Jahr in Europa.

Forscher schätzen, dass 25 % aller Krebsfälle durch biologische **(nicht änderbare)** Faktoren verursacht werden: Alter, Geschlecht, ethnische Herkunft und andere genetische Gründe.

Über 50 % aller Krebserkrankungen können durch präventive Maßnahmen **vermieden werden**. Dazu zählen vor allem:

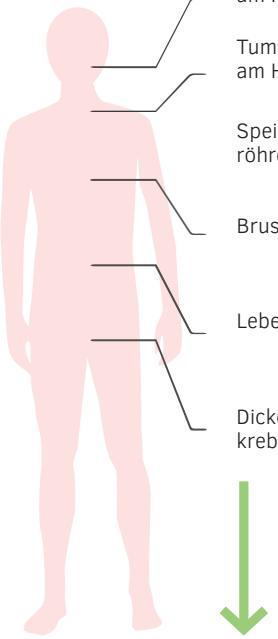
- **RAUCHEN**
- **ÜBERGEWICHT**
- **INFEKTIONEN**

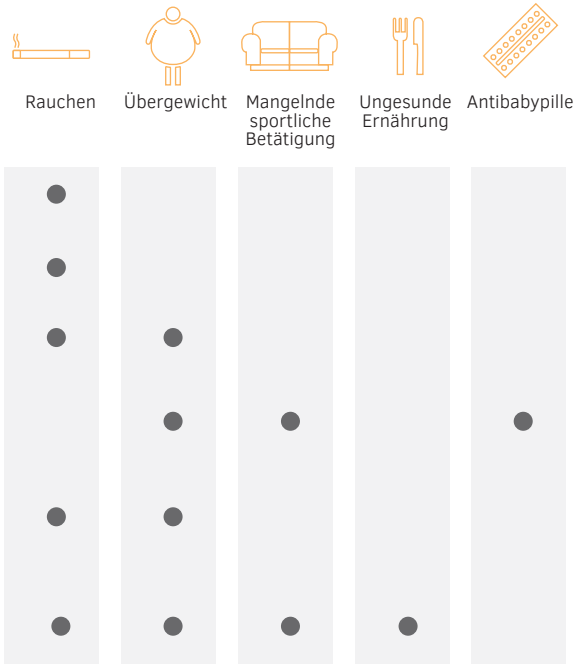
- UV-Strahlenbelastung
- Strahlung
- Hormontherapie
- Umweltschadstoffe
- Alkohol
- ungesunde Ernährung
- mangelnde sportliche Betätigung
- berufsbedingte Gründe

Krebsrisikofaktoren können nebeneinander existieren, aber auch miteinander interagieren. Ein gesunder Lebensstil kann das Risiko, an Krebs zu erkranken, reduzieren, bietet aber keine Gewähr, nicht an Krebs zu erkranken.

Es gibt über **100** Krebsarten. **6** Krebsarten werden mit Alkohol in Verbindung gebracht

Sonstige Lebensstilfaktoren für die sechs alkoholbedingten Krebsarten:

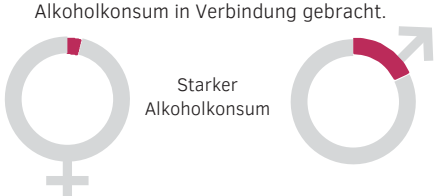




Von der Gesamtzahl der Krebsfälle für diese sechs Krebsarten werden:

1% für Frauen und **3%** für Männer mit einem maßvollem Alkoholkonsum in Verbindung gebracht.

4% für Frauen und **18%** für Männer mit einem starkem Alkoholkonsum in Verbindung gebracht.



Zur Krebsvorbeugung: Rauchen Sie nicht, betätigen Sie sich sportlich und essen und trinken Sie gesund und maßvoll.

Beer and Health

Diese Infografik wurde vom Kennisinstituut Bier erstellt und durch das wissenschaftliche Komitee der Broschüre zu Bier und Gesundheit validiert. Die wissenschaftlichen Erkenntnisse, auf der sie basiert, können in der Broschüre zu Bier und Gesundheit auf www.beerandhealth.eu nachgelesen werden. Mögliche unerwünschte Nebenwirkungen gehen vor allem auf schweren Alkoholkonsum zurück. Ein maßvoller Bierkonsum wird in dieser Infografik wie folgt definiert: Nicht mehr als zwei 25 cl-Gläser an 5 %igem Bier (oder zwei 33cl-Getränke an 3,8 %igem Bier oder zwei 10 cl-Getränke an 13 %igem Wein) täglich für Männer bzw. jeweils nicht mehr als ein Glas für Frauen. Dies kann je nach individuellem Alter, Größe und gesundheitlichem Gesamtbefinden variieren. Ein auch sonst gesunder Lebensstil wird dringend angeraten. Für eine persönliche Beratung wenden Sie sich bitte an Ihren Hausarzt. Bitte beachten Sie, dass dies kein Leitfaden für Alkoholkonsum ist. Alle Aussagen aus dieser Infografik sind wissenschaftlich gestützt und können nachgelesen werden unter www.beerandhealth.eu