

## คอไวน์...ระวังมะเร็ง!!!

นำเสนอเมื่อ : 21 ก.พ. 2552

เมื่อวันที่ 19 ก.พ. 52 โดยเว็บไซต์ “เดลีเมล” (dailymail.co.uk) ของอังกฤษ  
ระบุข้อมูลวิจัยของสถาบันมะเร็งแห่งชาติฝรั่งเศส หรือไอเอ็นซีเอ ว่า

**การดื่มไวน์วันละ 1 แก้ว ไม่บำรุงสุขภาพ แต่กลับมีโอกาสก่อให้เกิดมะเร็ง  
ในช่องปากและลำคอสูงถึง 168 เปอร์เซ็นต์ ส่วนการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ชนิดอื่น  
มีความเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งในอวัยวะใกล้เคียงกัน**

นายโดมินิค มารานินจิ ประธานสถาบันมะเร็งแห่งชาติฝรั่งเศส ระบุว่า

การดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ทุกวันนี้เป็นอันตรายอย่างยิ่ง  
สร้างความเสี่ยงในการเป็นโรคมะเร็งในช่องปาก กลองเสียง หลอดอาหาร ลำไส้ใหญ่  
รวมถึงมะเร็งเต้านมด้วย เพราะสารเอทานอลในแอลกอฮอล์ เมื่อถูกย่อยสลายโดยร่างกาย  
จะกลายเป็นสารที่ชื่อว่า “อะเซทแอลดีไฮด์” ซึ่งไปทำลายดีเอ็นเอในเซลล์ที่แข็งแรงของร่างกาย

ด้านแพทย์หญิงโจดี มอฟเฟต ประจำมูลนิธิวิจัยโรคมะเร็ง ของอังกฤษ กล่าวเสริมว่า

เครื่องดื่มทุกชนิด ที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ แม้ปริมาณเพียงเล็กน้อย  
จะสามารถก่อให้เกิดมะเร็งได้ ดังนั้น ทางที่ดีควรลดปริมาณการดื่ม  
ยิ่งลดมากเท่าไรความเสี่ยงก็ยิ่งน้อยลง ที่ดีที่สุดคือเลิกดื่มไปเลย

นอกจากนี้ สถิติทางการแพทย์ยังแสดงให้เห็นว่า

มีผู้ป่วยในอังกฤษเสียชีวิตด้วยโรคมะเร็ง เนื่องจากดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สูงถึง 9,000  
รายต่อปี โดยเป็นมะเร็งในช่องปากและหลอดอาหาร 5,000 ราย มะเร็งเต้านม 2,000 ราย  
และมะเร็งส่วนอื่นๆ อีก 2,000 ราย

อย่างไรก็ตาม ผลการวิจัยของสถาบันมะเร็งฝรั่งเศส ขัดแย้งกับงานวิจัยอื่นๆ ก่อนหน้านี้  
ที่ระบุว่า

การดื่มไวน์แดงวันละ 1 แก้ว จะก่อให้เกิดสาร “แอนโทออกซิแด้นส์” ซึ่งช่วยรักษาโรคหัวใจ  
ลดความเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็ง รวมถึงช่วยบำรุงตับด้วย  
ขณะที่วารสารการแพทย์ด้านประสาทวิทยาบางฉบับ ซึ่งออกเผยแพร่เมื่อปีที่ผ่านมา  
ระบุว่า การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในปริมาณที่เหมาะสม ลดโอกาสเกิดโรคหัวใจและโรคอัลไซเมอร์  
ดีกว่าคนที่ไม่ดื่มถึง 85 เปอร์เซ็นต์

นางจูดี้ โอซัลลิแวน จากมูลนิธิโรคหัวใจ ของอังกฤษ กล่าวว่า

การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์วันละ 1 แก้วเล็ก  
อาจช่วยป้องกันไม่ให้เกิดโรคหลอดเลือดหัวใจอุดตัน อย่างไรก็ตาม น่าจะมีวิธีอื่นที่ดีต่อสุขภาพมากกว่านี้  
เช่น การกินผักผลไม้ และออกกำลังกายสม่ำเสมอ รวมถึงการงดสูบบุหรี่

ทั้งนี้ องค์การอนามัยโลก หรือดับเบิลยูเอชโอ เผยว่า

ประเทศที่มีคนดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากที่สุดในโลก คือลักเซมเบิร์ก คิดเป็นปริมาณถึง  
16 ลิตรต่อคนต่อปี ส่วนรองลงมา ไต้หวัน ฮ่องกง อิตาลี และมอลโดวา 14 ลิตรต่อคนต่อปี  
ส่วนอังกฤษอยู่อันดับที่ 10 มี คนดื่มแอลกอฮอล์ 12 ลิตรต่อคนต่อปี ขณะที่ฝรั่งเศสอยู่อันดับที่ 17  
บริโภคแอลกอฮอล์ 11 ลิตรต่อคนต่อปี

องค์การอนามัยโรคยังระบุว่า

การบริโภคเนื้อสีแดงประเภทเนื้อวัว เนื้อแกะ มากกว่า 500 กรัม  
ยังทำให้เสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งลำไส้ ส่วนการบริโภคอาหารที่มีส่วนผสมของเกลือมากเกินไป  
อาจทำให้เป็นมะเร็งในกระเพาะอาหารได้เช่นกัน

ขอขอบคุณเนื้อหาข่าว คุณภาพดี โดย: หนังสือพิมพ์ไทยรัฐ

