

首頁 > 消費資警訊 > 消費資(警)訊

## 消費資(警)訊

# 響應5月9日無酒日，衛生福利部倡議「不喝酒最健康」

日期：114/05/09

臺灣人飲酒，致癌風險更高，衛生福利部告訴您科普小知識

世界衛生組織(WHO)已證實，酒精飲料代謝產物-乙醛為一級致癌物，與食道癌、肝癌、大腸癌、直腸癌、口咽癌、喉癌及乳癌等7種癌症有明確關聯。當酒精飲料進入人體後，會經由乙醇去氫酶(ADH)代謝成乙醛，再由乙醛去氫酶(ALDH2)代謝為乙酸，最後變成二氧化碳和水排出人體。根據研究指出臺灣民眾因基因特性，近50%的人缺乏乙醛去氫酶(ALDH2)，導致無法有效代謝乙醛，當乙醛停留在體內時間越長，越容易累積，增加致癌風險。如果你發現喝酒後，很容易出現臉紅、心悸，代表體內乙醛去氫酶(ALDH2)基因產生變異或缺損，應及時停止飲酒。

衛生福利部提醒國人，「沒有安全飲酒量」，即使少量飲酒也會增加罹癌風險。

親友的支持和陪伴是戒酒最有力的助手，應鼓勵家人主動就醫

根據衛生福利部委託馬偕醫院設置之台灣戒酒暨酒癮防治中心統計，諮詢酒癮相關問題者，以家屬最多，占48%，戒酒者本人次之，占32%，朋友則占8%，顯見親友是推動戒酒的重要助力。在酒癮的治療歷程中，親屬的支持和陪伴是相當重要的，因此，可先從「身體疾病」、「失眠困擾」、「情緒困擾」、「脫序行為」、「工作不穩定」等議題，了解酒癮者當前的困擾，說明這些困擾是可以解決，也可陪伴一起面對。減少怒罵、責備，並鼓勵向專業人員求助。

衛生福利部響應台灣無酒日，宣導酒精危害並提供酒癮治療費用補助

衛生福利部設立之台灣戒酒暨酒癮防治中心為響應5月9日「台灣無酒日」，與馬偕紀念醫院、馬偕醫學院及台灣酒精不耐症衛教協會，於5月6日共同辦理「台灣無酒週啟動儀式」，台灣戒酒暨酒癮防治中心並將於5月7日及5月9日在馬偕紀念醫院辦理一系列衛教宣導與專題講座，期提升公眾意識，擴大推動健康不飲酒文化。

衛生福利部呼籲，飲酒危害身心健康，民眾應勇敢面對問題性飲酒，並及早接受治療。對於自願接受治療者，衛生福利部補助每人每年4萬元酒癮治療費用，有飲酒困擾或疑似酒精成癮的民眾，可透過免付費戒酒專線 0800-255959 (愛我無酒無酒) 或至全台136家指定酒癮治療機構尋求專業醫療協助。