

ผลการศึกษาชี้ชัด ดื่มเหล้าทำให้ตายเร็วขึ้น และเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด



ผู้เข้าร่วมวิจัยที่ดื่มแอลกอฮอล์
(ไม่เป็นโรคหัวใจ และหลอดเลือด)

จำนวน 599,912 คน
(จากประเทศแถบยุโรป)

ผู้เข้าร่วมวิจัยอายุเฉลี่ย 57 ปี เพศชาย 56%
ส่วนใหญ่ไม่สูบบุหรี่ (79%)
และติดตามผู้เข้าร่วมวิจัยประมาณ 7.5 ปี

ดื่มแอลกอฮอล์
มากกว่า 100 กรัม
ต่อสัปดาห์

เบียร์
8-10 กระป๋อง



ไวน์
8-10 แก้ว



เหล้าวิสกี้
8-10 เป๊ก



อัตราการเสียชีวิตโดยรวม เพิ่มมากขึ้น ทั้งชายและหญิง

โรคหัวใจและหลอดเลือด
ชนิดต่าง ๆ

โรคหลอดเลือดสมอง
โรคหัวใจและหลอดเลือดอื่น ๆ
โรคกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด

ความเสี่ยงเมื่อแอลกอฮอล์
สูงกว่า 100 กรัม* ต่อสัปดาห์

1.14 เท่า

1.18 เท่า

ข้อมูลยังไม่ชัดเจน

ยิ่งดื่มมาก ยิ่งอายุสั้นลง

ปริมาณการดื่มแอลกอฮอล์
(กรัม/ต่อสัปดาห์)

100 - 200

200 - 350

มากกว่า 350

อายุสั้นลง

6 เดือน

1 - 2 ปี

4 - 5 ปี

“ไม่มีระดับแอลกอฮอล์
ที่เป็นประโยชน์
ต่อหัวใจและหลอดเลือด
อย่างแท้จริง”