

ALKOHOL KONSUM

ERHÖHT DAS RISIKO FÜR
7 ARTEN VON

KREBS

Mundhöhle / Rachen

Kehlkopf

Speiseröhre

Brust (Frauen)

Leber

Bauchspeicheldrüse

Dickdarm

Quelle: WHO, Alcohol and Cancer
in the WHO European Region

**Je weniger Alkohol,
desto geringer das
Krebsrisiko**

Alkoholmenge pro Woche:



kein Risiko

tiefes Risiko

moderates Risiko

hohes Risiko

(Empfehlung auf der Grundlage neuer wissenschaftlicher Erkenntnisse)

Standardglas =
z.B. eine Stange Bier,
ein Glas Wein oder ein
Gläschen Schnaps

Handlungsempfehlungen

- Mindestens 3 alkoholfreie Tage pro Woche
- Zu jedem Glas Alkohol ein alkoholfreies Getränk
- Setzen Sie auf Getränke mit wenig Alkoholgehalt
- Schon alkoholfreies Bier, alkoholfreien Wein oder Mocktails probiert?

Mehr Infos unter



www.alkoholundkrebs.ch