

기사로 알아보는 음주폐해예방정보

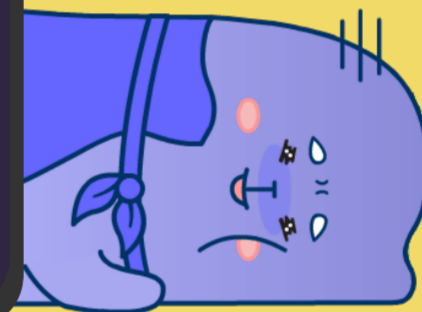
국민일보 기획기사

"음주폐해 불감증 사회, 이젠 바꾸자"와 함께합니다.

이젠
바꾸자!



음주폐해



불감증 사회



2

여성에게 더 치명적인 술



보건복지부

KHEP*i*

한국건강증진개발원

START

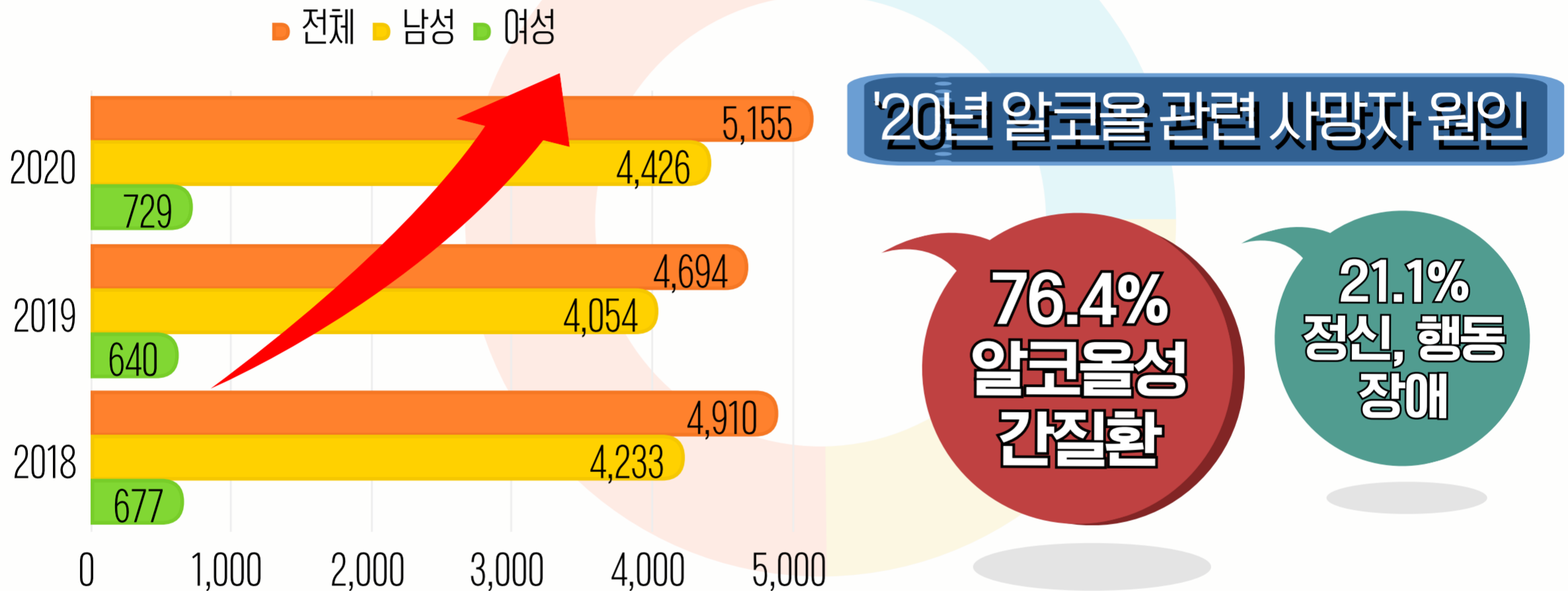
알코올,
멈추면

시작



증가하는 알코올성 간질환 위험

알코올 관련 직·간접 사망자 수(명)



알코올로 인한 간암 발생 비율은 30년 간 25% 증가한 반면, 과거 가장 큰 비율을 차지하였던 B형간염의 경우 같은 기간에 9%가 감소하였습니다.

알코올 원인으로 인한 간암 발생은 '절주, 금주'가 유일한 해결방안이지만 술에 관대한 사회적 분위기로 쉽지 않은 상황입니다.

*출처 : 국민일보 [And 건강] 과 폭음 늘어난 2030 여성... 알코올성 간질환 위험 더 높다



알코올성 간질환, 젊은 여성 주의 필요

✓ 고위험음주율

6.5% → 6.3% → 6.9%

코로나19 이후 증가

✓ 월간 폭음율

24.7% → 24.7% → 24.1%

변화없이 유지



알코올성 간질환 사망자 중

여성 비율 꾸준히 증가

2006년 8.6% → 2010년 9.5% → 2020년 14.8%

여성의 월간 폭음율은 남성 대비 큰 변화가 없으며, 20~40대 여성의 고위험음주율은 '21년에 오히려 증가하였습니다.

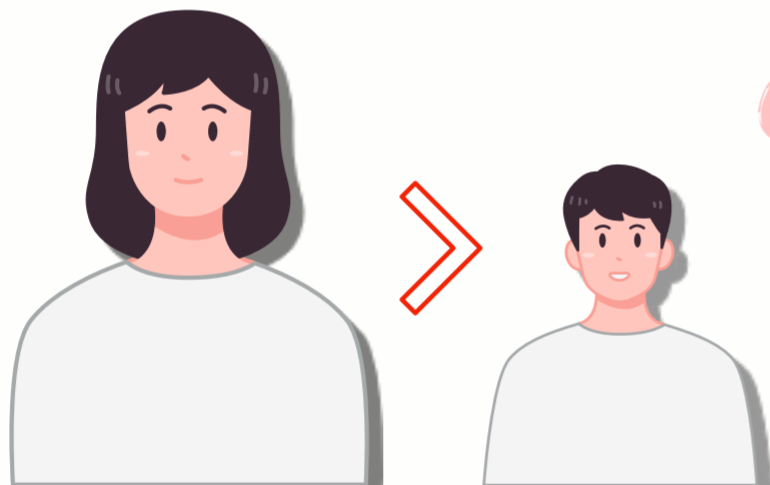
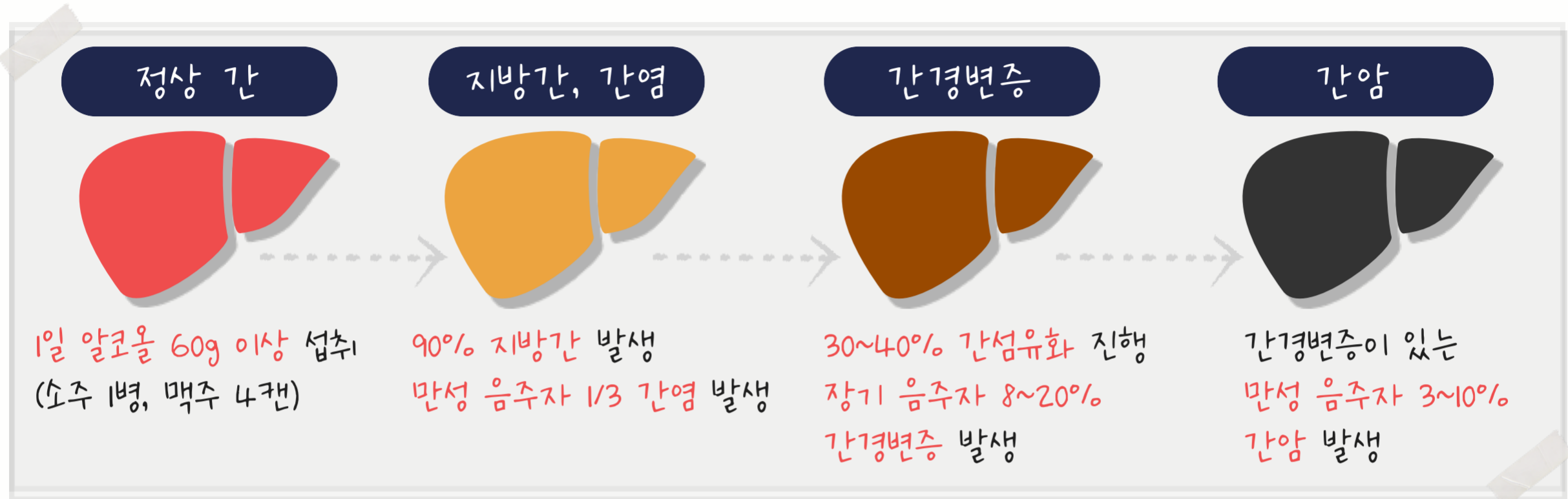
알코올성 간질환 사망자 중 여성 비율은 꾸준히 증가하고 있고, 이 중 10~30대 비율이 20%를 차지하였습니다.

알코올성 간경변증의 경우 20-30대가 50% 이상 높게 나타났습니다.

*출처 : 국민일보 [And 건강] 과 폭음 늘어난 2030 여성... 알코올성 간질환 위험 더 높다



남성보다 간질환 위험이 높은 여성음주

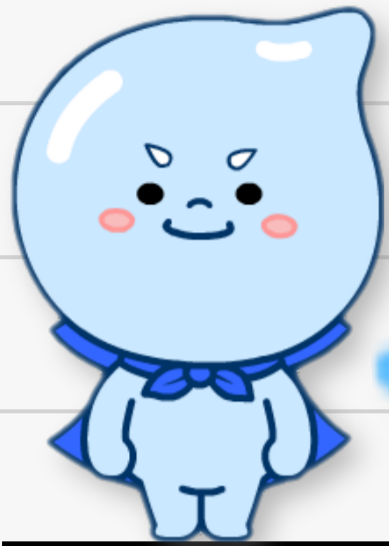


“여성음주의 간질환 위험성”
= 남성 음주량의 절반

지방간 상태에서 염증으로 진행되지 않도록 술을 끊는 것이 가장 중요하고, 폭음이 지속될 경우 발생할 수 있는 '중증 알코올 간염'은 치명률이 50%에 달할 정도로 위험합니다.

여성은 남성 음주량의 절반만 마셔도 남성과 동일한 간질환 위험성을 가지며, 여성 간경변증에 대한 자신, 가족 등 주변 관심이 필요합니다.

*출처 : 국민일보 [And 건강] 과 폭음 늘어난 2030 여성... 알코올성 간질환 위험 더 높다



잊지마세요!



건강에 '안전한 음주'는
없습니다.





"우리는 왜 술을 마시면 안되나요?"



다음 이야기

**ADHD·우울증·폭행장애...
취한 10대가 보내는 위기 신호**

