

Alkohol ved fysisk og psykisk helbred

Nuuk

dag 2; oktober 2022

Ulrik Becker

Professor, dr.med.

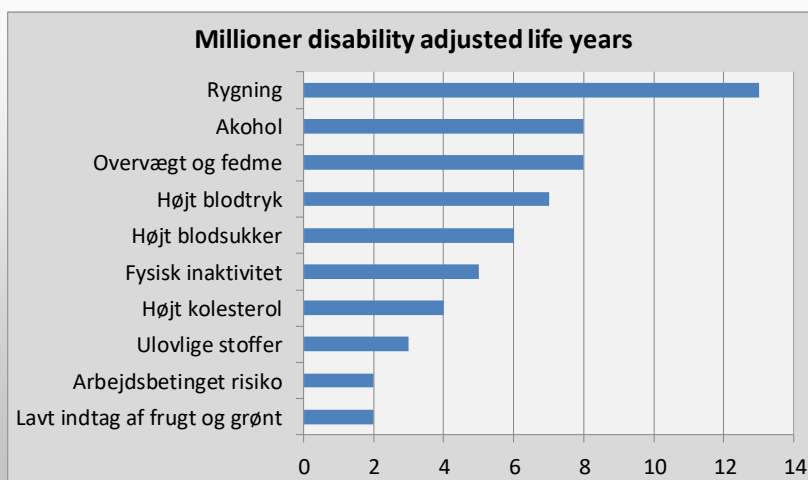
Statens Institut for Folkesundhed, SDU

ulbe@si-folkesundhed.dk

tlf. +45 23 39 17 28

1

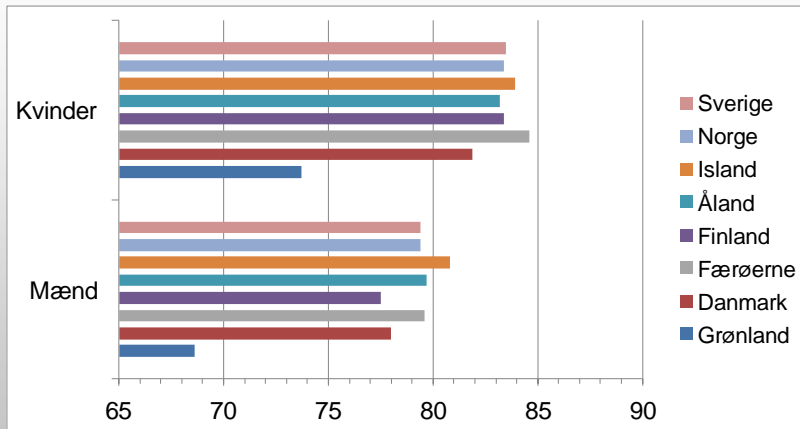
10 vigtigste årsager til tidlige død og sygdom Høj-indkomst lande



Global health risks. Mortality and burden of disease attributable to selected major risks. WHO 2009

2

Middellevetid cirka 2012

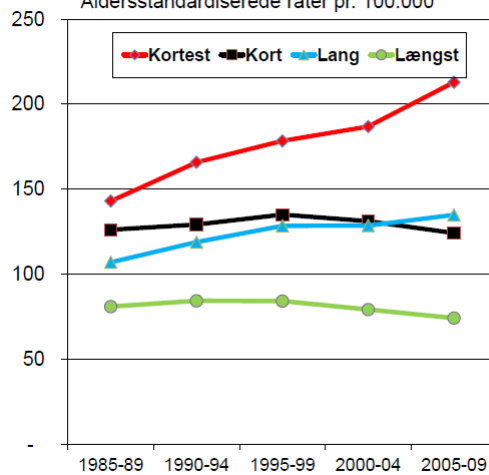


80% af forskellen mellem Danmark og Sverige skyldes forskelle i alkohol- og tobaksvaner

Landslæge-embedets årsberetning

3

Alkoholrelaterede dødsfald efter uddannelse. Mænd.
Aldersstandardiserede rater pr. 100.000



Knud Juel 2017

4

- Færre og mindre ulykker
- Svækket immunforsvar: **½-2 måneder**
- Blodmangel: **1 måned**
- Øget stressreaktion: **1-4 uger**
- Dårlig sårheling med betændelse og blødning: **2 måneder**
- Flere komplikationer ved operation: **1 måned**
- Vitaminmangel og proteinmangel: **flere uger afhængig af kost**

Alkoholisk psykose: delvis bedring

Demens: **delvis bedring efter mange måneder**

Epilepsi: **delvis bedring**

Katar og blødning: **1-2 uger**

Åreknuder: **delvis bedring**

Lungebetændelse og tuberkulose: **bedre forløb**

Fedtlever: **½-3 måneder**

Leverbetændelse: **delvis bedring**

Skrumpelever: **delvis bedring**

Pseudocushing: **dage til uger**

Væske i bughulen: **delvis bedring**

Diaré: **1-3 dage**

(♀) Menstruationsforstyrrelser: **delvis bedring**

Nedsat fertilitet: **delvis bedring**

Fosterskader: **mindste udvikling af skader og bedre vækst**

Søvnforstyrrelser: **flere måneder**

Forgiftning: **1-2 dage**

Abstinenser: **½-2 uger**

Kramper og delirium tremens: **1 uge**

Kræft i mundhule, svælg og strube: **bedret forløb**

(♂) Vækst af bryster: **delvis bedring**

Forhøjet blodtryk: **1-2 uger**

Forstyrrelse af hjerterytmen: **4 uger**

Forstørrelse af hjertet: **delvis bedring**

Svag hjertemuskel: **1-3 måneder**

Mavekatar og -blødning: **1-2 uger**

Knogleskørhed med brud: **< 6 måneder**

Bugspytkirtelbetændelse og sukkersyge: **delvis bedring**

(♂) Nedsat potens, nedsat sædkvalitet: **delvis bedring**

Nerveskader: **mange måneder**

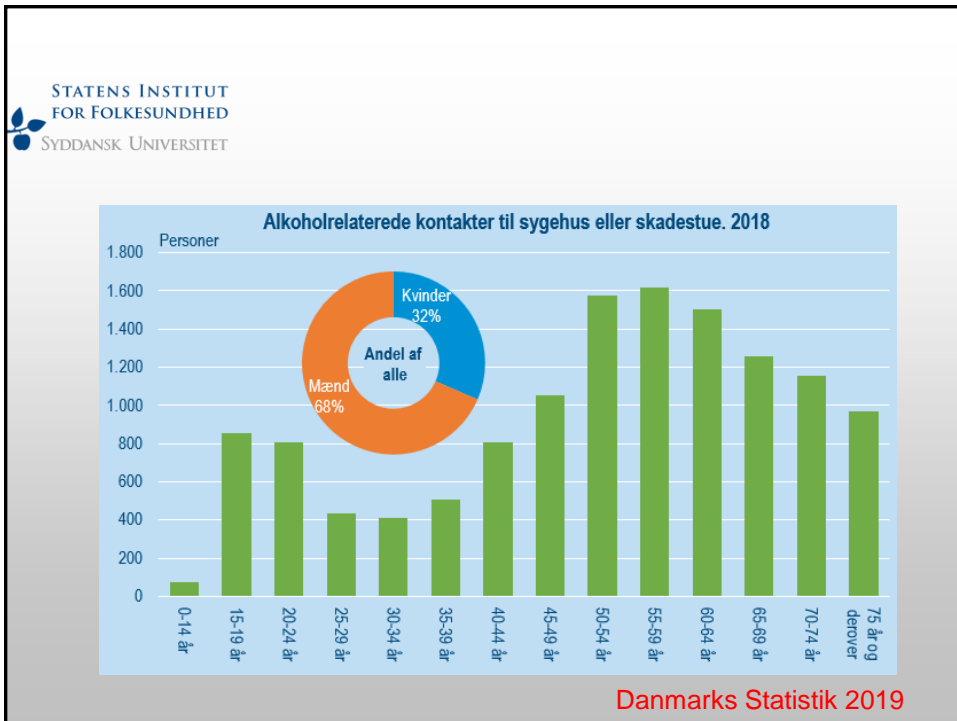
Svækkelse af muskler: **flere måneder**

Fysiske fordele ved at holde op med at drikke

- og den tid det tager før tilstandene normaliseres

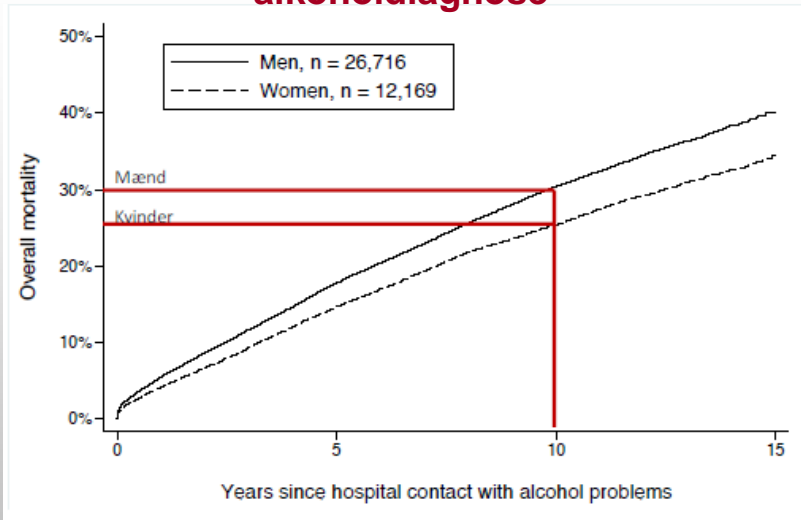
Alkohol - forebyggelse på sygehus, 2003.

5



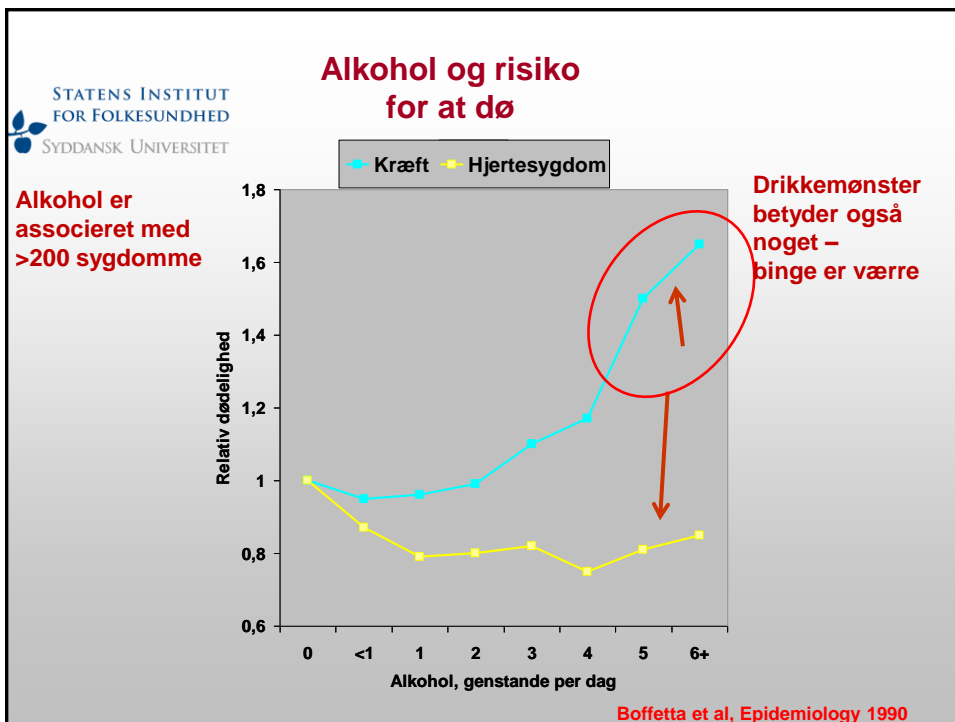
6

Dødelighed efter 1. indlæggelse med en alkoholdiagnose



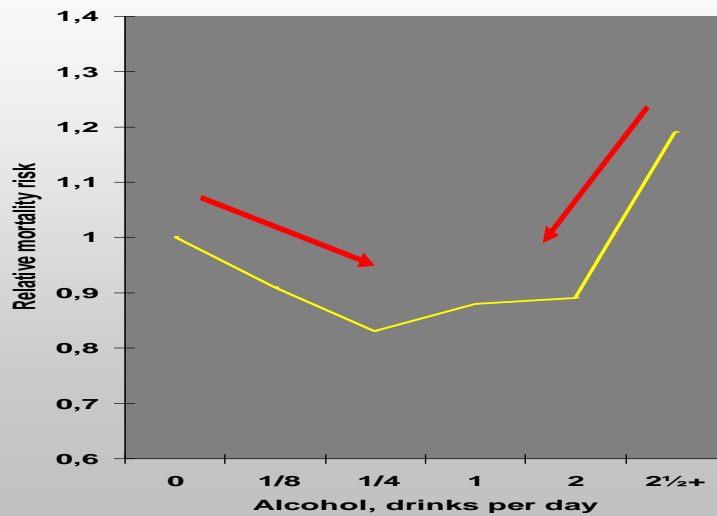
Askgaard G, Leon D, Deleuran T, Tolstrup JS, International Journal of Epidemiology, 2019, Jul 23. pii: dyz159. doi: 10.1093/ije/dyz159.

7



8

Alkohol og dødelighed Ændringer



9

**Sum med sidemanden om hvad vi lige har
snakket om på jeres eget sprog**

3-4 minutter



10

Alkoholrelaterede helbredskonsekvenser – en systematisk litteraturgennemgang af nyeste evidens

September 2020



11

Dødelighed af alle årsager

Analyserne justeret for sammensætningen af referencegruppen og andre karakteristika:

Ingen sundhedsgevinst ved lavt alkoholindtag

<1,30 g/dag:	RR=0,95 (95% CI: 0,85 - 1,05)
1,30 - <25 g/dag:	RR=0,97 (95% CI: 0,88 - 1,07)
25-<45 g/dag:	RR=1,07 (95% CI: 0,97 - 1,18)
45-<65 g/dag:	RR=1,24 (95% CI: 1,12 - 1,37)
≥65 g/dag:	RR=1,44 (95% CI: 1,30 - 1,60)

Høj kvalitetsstudier:

Kun øget dødelighed ved et meget højt indtag:

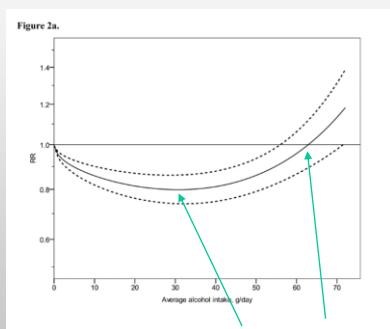
≥65 g/dag RR=1,58 (95 % CI: 1,05-2,38)

Stockwell T, Zhao J, Panwar S et al. Journal of studies on alcohol and drugs. 2016;77(2):185-98.

12

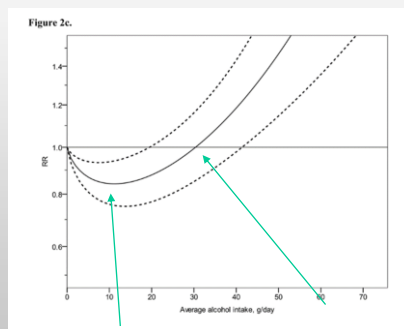
Iskæmisk hjertesygdom Roerecke et al., 2012

Dødelighed



32 g/dag 63 g/dag

Mænd



11 g/dag 31 g/dag

Kvinder

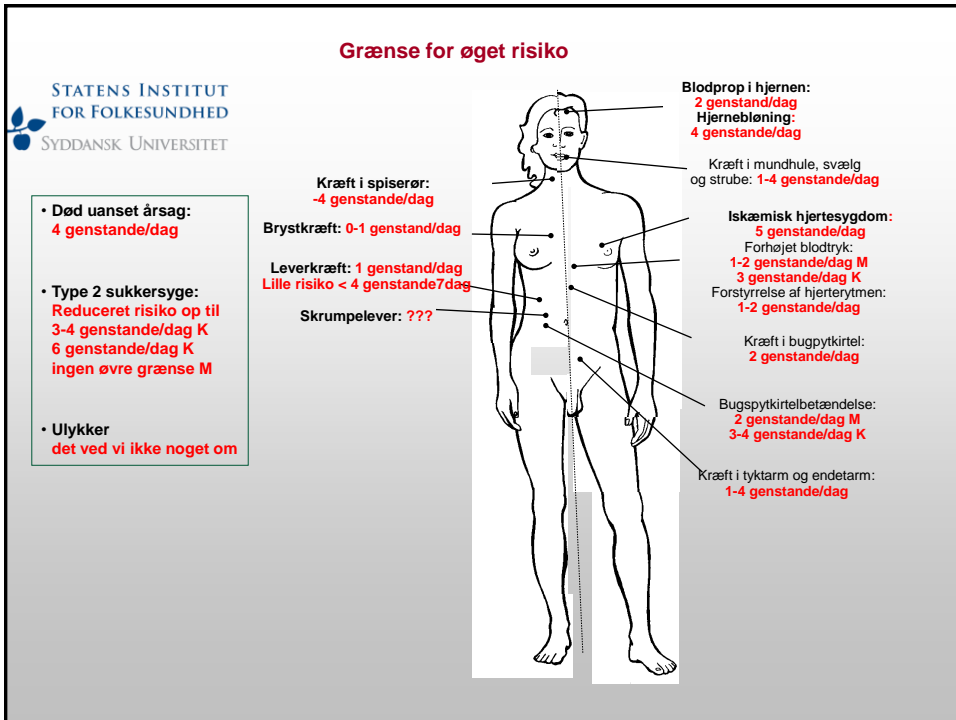
Roerecke et al. *Addiction*. 2012 July ; 107(7): 1246–1260

13

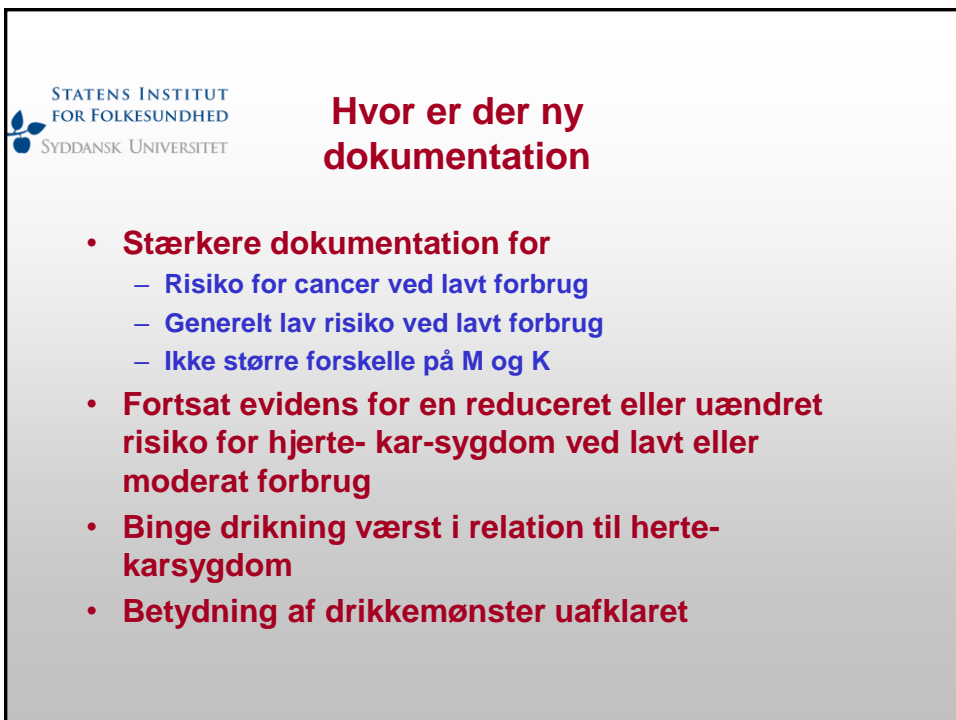
Iskæmisk hjertesygdom

- Evidensen viser konsistent en nedsat risiko for død af iskæmisk hjertesygdom ved lavt til moderat alkoholindtag
 - Æt studie finder ingen signifikant beskyttende association mellem lavt alkoholindtag og dødelighed som følge af iskæmisk hjertesygdom, når der justeres for hjertesundhed ved baseline (RR=0,87 (95 % CI: 0,71-1,06)) eller ved restriktion til høj kvalitetsstudier (RR=0,95 (95% CI: 0,68-1,09)).

14



15



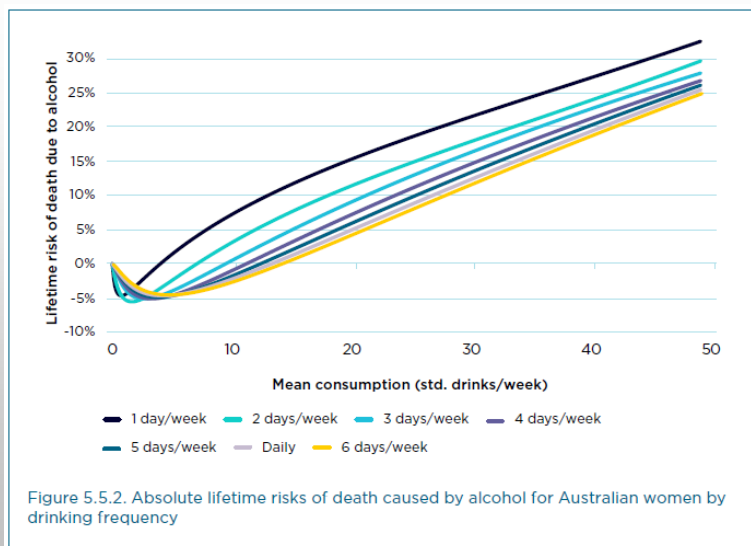
16

Særlige grupper

- **Gravide**
- **Unge – 18-25**
- **Ældre - > 60?**
- **Somatisk / psykiatrisk comorbiditet**
- **Medicinsk behandling / stofafhængighed**
- **Arvelig disposition - afhængighed**

17

Considering the pattern of consumption of alcohol in Australia of three days per week, the number of standard drinks corresponding to the 1% risk threshold is 12.5 standard drinks per week for men and 10.5 standard drinks per week for women (Table 5.5.1).



Draft Australian Guidelines to Reduce Health Risks from
Drinking Alcohol . Government of Australia 2020

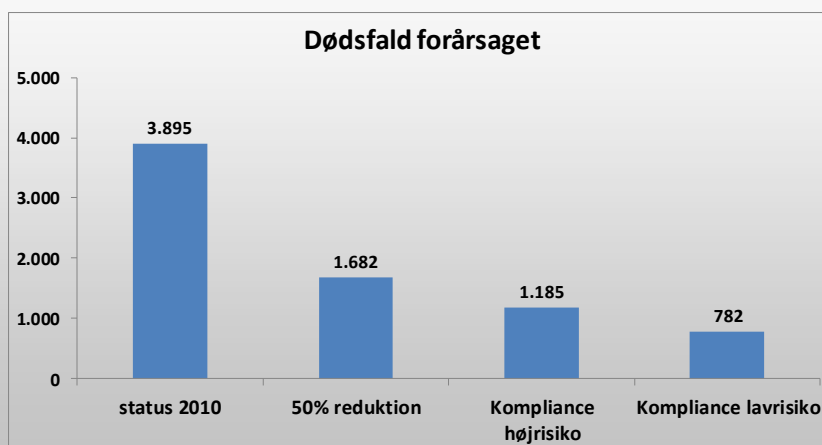
18

Genstandsgrænser

- **Australien**
 - 10 genstande/uge M + K (10 g alkohol / genstand)
 - < 5 genstande ved en enkelt lejlighed
- **USA**
 - 8 / 15 genstande/uge K / M (14 g alkohol / genstand)
 - < 4/5 genstande ved en enkelt lejlighed K / M
- **UK**
 - 14 genstande per uge M + K (8 g alkohol/genstand)
- **Sverige**
 - 9/14 genstande per uge K / M (12 g alkohol /genstand)
 - < 6 genstande ved en enkelt lejlighed
- **Norge**
 - 10 g / 20 g alkohol per dag
- **Grønland**
 - 7/14 genstande / uge K/M
 - Maks 4 genstande ved en enkelt lejlighed

19

Hvad kan vi opnå ? Forskellige scenarier



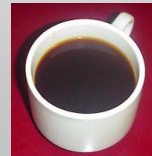
Eliassen M, Becker U, Grønbaek M, Juel K, Tolstrup JS.
Alcohol-attributable and alcohol-preventable mortality in Denmark: an analysis of which intake levels contribute most to alcohol's harmful and beneficial effects. *European Journal of Epidemiology*. 2014, in press

20

Andre risikofaktorer ??



Faktor X



21

Passiv drikning

- **Familien**
 - 600.000 danskere vokset op i alkoholfamilie
 - 60.000 børn - én forælder med alkohol-relateret indlæggelse
 - Vold i 19% af "alkoholfamilier vs. 1%
 - 10% af 18-34 årige fortæller at alkohol i familien har haft negativ indflydelse
- **Trafik**
 - 64 dræbt + 1.341 uheld med alkohol
 - 9.779 promillesager
- **Nordisk studie -1999**
 - 21% kvinder bange for fulde mennesker
 - 20% generet af støj fra fulde indenfor 1 år
 - 19% generet af fulde i det offentlige rum indenfor sidste år.



22

Grønland

- **Det er et helt andet problem**
 - Lavere gennemsnitligt forbrug end DK
 - Overvejende rusdrikning
 - Foregår privat /efterfester
 - Store Sociale konsekvenser
 - Helt andet sygdoms-panorama
 - Løsningerne er helt anderledes
 - Strukturel forebyggelse
 - Uddannelse
 - Inuuneritta – folkesundhedsprogrammet
 - På Grønlandske præmisser



23

Alkohol og skader i Grønland

- **Helbredsskaderne præget af vold/ulykker**
- **Få klassiske alkoholskader**
 - Leversygdom ↓
 - Pankreatitis – bugspytkirtel →
- **Mange rus-relaterede skader**
 - Vold, ulykker, selvmord ↑
- **Psykiatrisk co-morbiditet høj?**

24

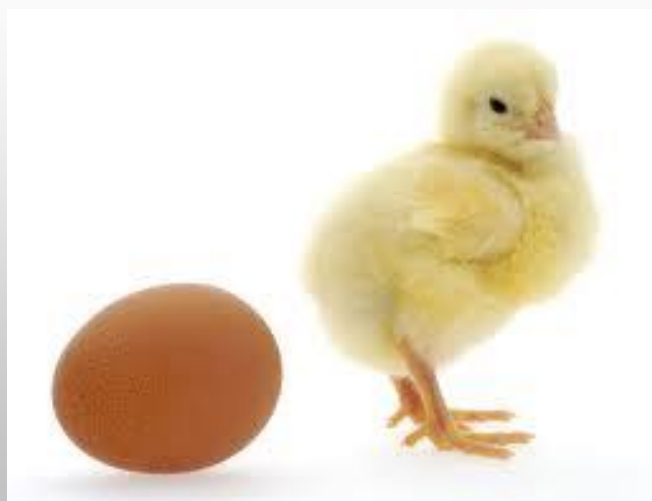
Sum med sidemanden om hvad vi lige har snakket om på jeres eget sprog

3-4 minutter



25

Alkohol, psykiatri og arv Hønen eller ægget



26

Psykiatrisk co-morbiditet forekomst

- **Alle afhængige** **35 - 65 %**
 - **Depressive symptomer** **30 %**
 - **Angstlidelser** **35 %**
 - **Unge med angstlidelser: 3 x risiko for alk.afh.**
 - **ADHD** **30-50 %**
 - **50 % har dyssocial personlighedsforstyrrelse**
 - **Personlighedforstyrrelser** **25-30 %**
 - **PTSD**
 - **Psykoser**

27

Arv

Enæggede tvillinger 32%

Tveæggede tvillinger 24%

Børn af alkoholiserede fædre 15%

Baggrunds befolkning 5 - 7%

Arv 50%

Miljø 50%

28

Gener og afhængighed

- **>50% af tilbøjeligheden til at blive afhængig**
- **Der er ikke noget enkelt “alkohol-gén”**
 - **Eksempler**
 - Acetaldehyde dehydrogenase mangel ALDH2(2)
 - Dopamin D2 receptor gen
 - Serotonin receptor 2b gen – impulsivitet
 - To géner for neuropeptide Y receptor
 - μ opioid receptor gene (*OPRM1*)
 - Og mange flere
- **Kan have betydning for behandling**

29

Konklusion Undersøgelse af gener - Grønland

- **Med forsigtighed kan resultater tolkes således, at der i Grønland er en øget genetisk disposition for binge drinking**
- **Den genetiske disposition skal ses i sammenhæng med det omgivende sociale miljø**
- **Grønlandere har ikke det typiske asiatiske SNP mønster og ikke den inaktive ALDH2 variant**
- **Det grønlandske (inuit) mønster afviger fra det danske for flere SNPs, men især for ALDH1b1 (arg90leu)**
- **Den generelle, grønlandske befolkning viser for de fleste SNPs en mellemting mellem inuit og danskere**

Bjerregaard P, Mikkelsen SS, Becker U, Hansen T, Tolstrup JS; 2013 submitted

30

STATENS INSTITUT
FOR FOLKESUNDHED
SYDDANSK UNIVERSITET

1

Moderens alkoholforbrug er en af de faktorer der har betydning for mental retardering

31

STATENS INSTITUT
FOR FOLKESUNDHED
SYDDANSK UNIVERSITET

FASD
Fetal alcohol spectrum disorders

- **FAS**
 - Fetal alcohol syndrome
- **ARND**
 - Alcohol-related neurodevelopmental disorder (intellektuelle mangler, indlæringsdefekter, adfærdsproblemer)
- **ARBD**
 - Alcohol-related birth defects (misdannelser)

32

- Små øjenåbninger
- Kort opadrettet næse
- Lang overlæbe – fra næse til mund
- Ringe defineret philtrum – snotrenden !
- Lille hoved (microcefali)

NORMAL **FAS**

33

STATENS INSTITUT
FOR FOLKESUNDHED
SYDDANSK UNIVERSITET

A **B** **C**

Normal **FAS** **FAS**

Images courtesy of Dr. S. Mattson

34

GRAVIDITET OG ALKOHOL

- I perioden 1994 og 2010 er der født 153 børn i DK med FAS eller cirka 13/år. Grønland ??????
- Ukendt antal med FASD
- Indtagelse af < 1-2 genstande per uge uden dokumenteret skadelig effekt og risikoen under alle omstændigheder lav.
- 83% af gravide var afholdende i 2. trimester (2013)
- 24% gravide havde én og 11% to episoder med binge-drinking (≥ 5 genstande ved en enkelt lejlighed). Flest i begyndelsen af graviditeten
- Veluddannede kvinder over 30 år har det største alkoholforbrug under graviditeten

35

**Sum med sidemanden om hvad vi lige har
snakket om på jeres eget sprog**

3-4 minutter



36