

SEMINARIERAPPORT 2016:2

Om alkohol och cancer

Alkohol och cancer – hur ser sambanden ut?



I Sverige orsakar alkohol flera tusen nya cancerfall varje år. Hur påverkas kroppen av alkohol? Och hur påverkar alkoholkonsumtionen risken att drabbas av cancer?

Frågor som dessa utgjorde utgångspunkten när Systembolaget och Cancerfonden bjöd in till seminarium under

rubriken "Alkohol och cancer – vad vet vi om riskerna?" den 28 april i Malmö.

Seminarier är en av många aktiviteter som Systembolaget genomför i syfte att sprida resultaten av aktuell alkoholforskning till en bredare målgrupp.

Innehåll

Samtal om alkohol och cancer.....	3
Prognos: Kraftig ökning av antalet cancerfall.....	4
Alkohol – så påverkas kroppen.....	5
Alkohol och våra vanligaste cancersjukdomar.....	6
“Våga tala om vad som är skämmigt”.....	7

Samtal om alkohol och cancer

Över 100 personer samlades i vackra ljusa lokaler i den tidigare hovrättsbyggnaden i Malmö för att lyssna till den senaste forskningen kring alkohol och cancer samt om hur vi bäst ska sprida kunskap i frågan. Seminariet arrangerades av Systembolaget i samarbete med Cancerfonden. Moderator för samtalen var Katarina Hultling, journalist och programledare, med egen cancererfarenhet.

Dagen inleddes med att Malin Sandquist, Systembolagets företagsledning, presenterade Systembolagets engagemang på alkoholforskningsområdet och gav en inblick i vad svenskarna känner till om sambanden mellan alkohol och cancer.

I Systembolagets samhällsuppdrag ingår att informera om alkoholens risker. Man informerar bland annat om antilangning och fokuserar under våren på att stärka personer med yngre syskon att inte köpa ut alkohol.

Forskning är också en viktig del av samhällsuppdraget då det är evidensbaserad forskning som ligger som grund för den svenska alkoholpolitiken. – Vi delar ut tio miljoner i stöd till alkoholforskningen nästa år. Vi finansierar bland annat också en professur i klinisk alkoholforskning, säger Malin Sandquist.

Inför seminariet genomfördes en SIFO-undersökning om svenskarnas kännedom om sambandet mellan alkohol och cancer fram. Där framkom att över hälften tror att förebyggande åtgärder kan minska antalet cancerfall. Dock är sambandet mellan alkohol och cancer okänt. – Vi kan konstatera att många, närmare var tredje, är osäkra på om alkohol ökar risken för att drabbas. Det är oerhört viktigt att sprida denna kunskap. Vi hoppas att detta seminarium kan bidra till ökad kunskap och förståelse, säger Malin Sandquist.

Systembolaget medfinansierar också ett WHO Collaborating Centre. Centret ska fungera som en kunskaps-hubb för forskning om bland annat alkohol. Centret öppnade i maj i Malmö och dess chef, professor Hanne Tønnesen inflikade med några ord om centret.



Prognos: Kraftig ökning av antalet cancerfall

Ulrica Sundholm, intressepolitisk sakkunnig på Cancerfonden, berättade om hur utvecklingen av antalet cancerfall kommer se ut fram till år 2040. Samhällets kostnader för cancerbördan var temat för den årliga rapport som organisationen tar fram och även ett ämne som togs upp vid seminariet.

Cancerfonden är en av Sveriges största insamlingsorganisationer och samlar årligen in cirka 600 miljoner kronor till cancerforskningen. Ett annat led i deras arbete är att arbeta förebyggande – så att färre ska drabbas. – En av tre kommer någon gång under sitt liv att drabbas av cancer – men cancer drabbar även omgivningen, säger Ulrica Sundholm.

Flest får sin cancerdiagnos som nyblivna pensionärer, i åldern 65–69 år. Något fler män än kvinnor insjuknar. Däremot är ökningen av antalet fall något större bland kvinnor än män. De vanligaste cancerdiagnoserna i Sverige idag är prostata-, bröst- och hudcancer. – Sett till de senaste nio åren har antalet hudcancerfall ökat dramatiskt, fastslår Ulrica Sundholm.

Samtidigt som antalet cancerfall ökar kan man se en ljusglimt i mörkret. – Överlevnaden har fördubblats, idag överlever 65 procent av de drabbade, jämfört med 30 procent för 60 år sedan, förklarar Ulrica Sundholm.

FLER KOMMER ATT DRABBAS

– Cancerfonden har i samarbete med Folkhälsomyndigheten tagit fram en prognos fram till 2040 för hur insjuknandet i cancer bland befolkningen kommer att utvecklas nationellt.

Fram till 2040 kan vi se en dramatisk ökning. År 2030 beräknas antalet personer som drabbas av cancer passera 80 000 och år 2040 passerar vi 100 000-strecket (PER ÅR), till viss del på grund av ålders- och befolkningsökning, förklarar Ulrica Sundholm.

Prevalensen, det vill säga hur många som lever med cancer vid en viss tidpunkt, ökar snabbt. Cancer är en sjukdom som många kan leva med ganska länge, och man lever längre och längre. – Här kan vi se mer än en fördubbling, där 630 000 personer kommer leva med cancer 2040 jämfört med dagens 300 000, förklarar Ulrica Sundholm.

70 MILJARDER KRONOR ÅR 2040

En kostnadsberäkning har gjorts i samarbete med Institutet för hälso- och sjukvårdsekonomi. Man har jobbat utifrån ett samhällsekonomiskt perspektiv – där förutom de direkta vårdkostnaderna även sjukskrivningar, produktionsförluster och informell vård räknas in. Med informell vård menas då anhöriga finns med för att hjälpa och stötta den anhörige under sjukdomsperioden. – Vi har gjort en försiktig beräkning för att ta reda på de samlade kostnaderna för detta, säger Ulrica Sundholm. Idag är kostnaderna cirka 36 miljarder. – Vi ser en snabb kostnadsutveckling där vi år 2040 ser en kostnad på 70 miljarder kronor, förklarar hon vidare.

Men hur ska vi stävja utvecklingen? Cancerfonden vill se mer satsningar på forskning för att upptäcka och förebygga cancer. – Forskningen måste sluta ses som en bisyssla inom sjukvården, fastslår Ulrica Sundholm.



Alkohol – så påverkas kroppen

Att alkoholen påverkar kroppen är något som de flesta känner till. Men hur går det till? Och hur kan alkoholens påverkan leda till cancersjukdom? Om det berättade Mef Nilbert, professor i onkologi vid Lunds universitet och chef för Regionalt cancercentrum Syd.

Cancer drabbar var tredje person – och är kostnads- mässigt en dyr sjukdom att behandla. Men cancer kan förhindras, genom förebyggande åtgärder, något som Mef Nilbert anser att man måste arbeta mer med: – Vi måste våga förändra beteenden, och med det kommer stora utmaningar framöver.

Förebyggande insatser kommer lätt i skymundan – det ger inga kortsiktiga vinster, därför krävs det mod för att arbeta med frågan. – Vi måste våga prata på ett nytt sätt om prevention, säger Mef Nilbert.

ALKOHOLKONSUMTION I SVERIGE

För att publiken skulle få en bild av alkoholkonsumtionen i Sverige redogjorde Mef Nilbert för hur mycket vi dricker – och vad de som väljer att dricka alkohol helst konsumerar. I Sverige konsumeras 7,2 liter ren alkohol per capita sett till personer som är 15 år och uppåt. Detta innefattar endast registrerad alkohol. – Vi är inte värst, men inte heller bäst, poängterar hon. Sett till den alkoholtyp som svensken väljer att konsumera är vin populärast, 47 procent av alkoholen vi konsumerar är vin.

3800 ALKOHOLRELATERADE CANCERFALL

I Sverige beräknas att 3 800–4 000 cancerfall beror på alkohol. Enligt WHO, Världshälsoorganisationen, är fem procent av cancerfallen alkoholrelaterade. Detta motsvarar 770 000 cancerfall världen över.

Alkoholrelaterade cancerfall kan också kopplas till socioekonomiska faktorer. Generellt kan man se en negativ effekt av alkoholkonsumtion bland människor som har en lägre socioekonomisk status. Vid låg socioekonomisk status ökar också risken för huvud-halscancer. Men även vid hög ekonomisk status kan man se negativa samband. – Det som är intressant här är att man kan se en koppling mellan hög socioekonomisk status och risk för bröstcancer, konstaterar Mef Nilbert.

Men hur påverkar alkoholen kroppen? När alkoholen bryts ned i levern bildas acetaldehyd – som i sin tur producerar så kallade fria radikaler.

– Dessa skadar arvsmassan, vilket i längden kan orsaka cancer, förklarar Mef Nilbert.

Alkohol är kaloririkt och kan också påverka hormon-nivåerna vilket i sin tur kan leda till övervikt, något som är en riskfaktor för att drabbas av cancer.

Sett till kopplingen alkohol och cancerrisk kan man slå fast ett samband vid följande diagnoser: munhåla, svalg, stämband, matstrupe, lever, tjock- och ändtarm samt bröstcancer.

HUR MYCKET MAN DRICKER SPELAR ROLL

Alkoholens roll för cancerrisk är tydlig, speciellt kopplat till hur mycket man dricker. Det är de som dricker mest som löper högst risk att drabbas utav alkoholrelaterad cancer.

För att exemplifiera detta berättade Mef Nilbert om en metaanalys av 572 studier som innefattade 486 000 cancerfall och 23 cancertyper. – Utöver de vanliga cancerformerna kunde man se att risken för cancer i magsäck, lever, gallblåsa, bukspottkörtel och lunga ökade hos de personer som drack mest, säger Mef Nilbert.

Forskningen på sambandet mellan alkohol och cancer måste dock utvecklas enligt henne. Detta då det saknas kunskap om samvariabler – hur mycket ökar exempelvis risken hos en person som både röker och dricker? – Vi skulle också behöva forskning på ”franskt drickande” versus ”finskt drickande” – påverkar det cancerrisken?, avslutade Mef Nilbert.



Alkohol och våra vanligaste cancersjukdomar

Helena Jernström, docent i experimentell onkologi vid Lunds universitet fortsatte i föregående talares fotspår, men djupdök än mer i alkoholens påverkan på kroppen och hur detta påverkar risk att drabbas av några av våra vanligaste cancerformer.



– Vad är ett standardglas? Med tanke på hur stora glasen kan vara nuförtiden kan det vara bra att veta vad det innebär, inleder Helena Jernström. Ett standardglas innehåller 12 gram alkohol, detta motsvarar 12 cl vin, 4 cl sprit, 50 cl folköl eller 33 cl starköl, och vidare förklarade hon att det används som grund när man mäter hur mycket alkohol

man dricker – antalet standardglas.

– Alkoholprodukter innehåller inte bara alkohol, utan också annat. Rött vin innehåller exempelvis resveratrol som är cancerskyddande, och humle, som finns i öl, skyddar delvis mot cancer, förklarar Helena Jernström.

Hon poängterade också att det mesta är individuellt – ärftlighet och livsstilsfaktorer kan samvariera på olika sätt vilket kan påverka risken att drabbas av cancer.

ALKOHOL KAN PÅVERKA VÅR ARVSMASSA

Men när man dricker alkohol bryts den ned till farliga enzymer i levern. Bland annat bildas acetaldehyd och CYP2E1-enzym.

När acetaldehyd bildas kan detta i sig reagera med DNAt och förändra arvsmassan. Detta kan resultera i att det blir fel i arvsmassan vilket kan leda till cancer. Nivån av detta ämne är högre i saliven än i blodet – vilket kan förklara risken för att drabbas av cancer i mun och huvud/hals vid hög alkoholkonsumtion.

CYP2E1-enzymet ökar i sin tur antalet utifrån hur mycket man dricker, och i förlängningen kan det ge leverskador. Utöver detta kan alkoholkonsumtion leda till så kallad DNA-metylering: arvsmassan förändras och stänger av kroppens förmåga att läsa av skyddsmekanismer.

Det är också dessa mekanismer som ligger bakom alkoholrelaterad cancer.

BRÖSTCANCER – EN AV NIO DRABBAS

Bröstcancer är en sjukdom som drabbar var nionde kvinna. Årligen drabbas 8 040 personer. Men varför drabbas man av bröstcancer? Det finns en mängd riskfaktorer som spelar in. – Nio av tio har inte ärftlig bröstcancer. Det är andra saker som spelar in, säger Helena Jernström.

En riskfaktor är sent barnafödande – ju längre perioden är mellan man hamnar i puberteten och man föder barn desto större risk har man att drabbas av bröstcancer. Detta för att bröstet är ”omoget” fram till första barnet.

Men även alkohol spelar roll i denna kontext – ålder för alkoholdebut och konsumtion före första barnet påverkar hormonnivåerna vilket kan öka risken. – Ju längre man väntar med alkohol, desto bättre. Helst bör man vänta till 25 års ålder, även om vi vet att det är få som börjar dricka alkohol så sent, förklarar Helena Jernström.

Om man dricker ett litet glas vin (10 gram alkohol) om dagen ökar risken att drabbas med mellan 3 och 10 procent. Alkoholen påverkar också brösttättheten – och ger tätare bröst, bland annat hos kvinnor som passerat klimakterier.

ALKOHOL EFTER DIAGNOS OCH BEHANDLING

Helena Jernström avslutade genom att sätta fokus på patienterna – efter diagnos och efter behandling. Hur påverkar alkoholen behandlingen? För bröstcancerpatienter visar en studie på att det var likvärdiga resultat för kvinnor som drack alkohol jämfört med de som inte drack alkohol efter diagnos.

Och en annan studie visar på att bland patienter som drabbats av tjocktarmscancer med lokal spridning visade sig att ett lågt till måttligt intag av rött vin gav bättre prognos hos patienter. Helena Jernström poängterade dock att dessa var enskilda studier.

– Om man dricker mycket alkohol och tror att varannan vatten hjälper för att minska skaderisken har man tyvärr fel. Oavsett hur mycket du dricker finns samma mängd alkohol i kroppen, avslutade Helena Jernström, och slog därmed hål på en myt.

”Våga tala om det som är skämmigt”

Dagens samtalsledare, tv-journalisten Katarina Hultling, höll i det avslutande panelsamtalet som handlade om hur vi ska nå ut med kunskapen om alkohol och cancer. I panelen fanns företrädare från allmänläkarkåren, Ung Cancer, Länsstyrelsen i Skåne samt 1177.se.

Mette Barth, allmänläkare från vårdcentralen i Lomma, gav en bakgrund till hur attityden till alkohol bland läkare inom primärvården ser ut. – Det är inte så sexigt, det här med alkohol i vården. Alkohol är någonting kul, och man blir inte populär om man säger till någon att dricka lite mindre, men läkarna behöver bli bättre på att ta upp alkoholfrågan med patienterna förklarar Mette Barth.

Hon markerade tydligt att det är upp till läkarna som är ansvariga för den tid man har med patienterna. – Vi träffar relativt friska patienter, det finns tid för samtal och för att lyfta frågor kring alkohol och kost, våga tala om det som är skämmigt! säger Mette Barth.

Ung Cancer, en patientorganisation för unga vuxna cancerdrabbade och deras anhöriga, var på plats genom deras verksamhetsansvariga Tove Lindahl Greve. Organisationen arbetar efter vad medlemmar efterfrågar, och fokuserar inte på forskningsfrågor. – Däremot ser vi ett behov av att kunna svara på frågor som våra medlemmar ställer, säger Tove Lindahl Greve.

Trots det är alkohol och cancer inte något som man arbetar med primärt. – Vårt område är komplext, våra medlemmar tycker det är skönt att komma till en förening utan pek-pinnar, och det är något vi lyssnar till, säger hon.

Under Kristihimmelfärds-helgen anordnar föreningen en festival för sina medlemmar. Ett alkoholfritt event, där både regionalt cancercentrum och Cancerfonden kommer vara på plats. – Vi vill jobba med den här frågan, vi hoppas att vi kan vara mer aktiva, berättar Tove Lindahl Greve.

MER INFORMATION BEHÖVS

Allt oftare söker vi information om vård och sjukdomar på nätet. En som dagligen arbetar med att vi ska få rätt information är Suzanna Olsson Schultz på 1177.se. På sajten kan man hitta information om sjukdomar, råd om behandling och patientens rättigheter. Men också om livsstilsrelaterade frågor. – Vi jobbar med enkla frågeställningar, och vill ge enkla svar, förklarar Suzanna Olsson Schultz, ansvarig för texterna om cancer som finns på sajten.

Utöver grundläggande information arbetar man med olika teman för att sätta fokus på viktiga frågor och fördjupa kunskapen hos läsarna. – Vi kommer snart ha tema alkohol, berättar hon.

Samtidigt bekräftar hon att allmänheten inte ställer frågor kring livsstil – utan mer akuta frågor kring hälsotillstånd. – Frågorna speglar att folk har dålig koll på sambandet mellan alkohol och cancer, och det gäller också professionen, säger Suzanna Olsson Schultz.

Annie Stråhlén arbetar dagligen med förebyggande åtgärder som ANDT-samordnare vid Länsstyrelsen i Skåne. För henne står frågan om minskat drickande bland ungdomar högst på agendan. – Ju tidigare man börjar dricka, desto större risk att man dricker mer när man blir äldre, förklarar Annie Stråhlén. Vidare pekade hon på vikten av att information når ut till flera – men att det också ger en faktisk beteendeförändring. – Det är först då man ser en skillnad, säger hon.

AKTIV PUBLIK

Efter att panelsamtalet avslutades väcktes många frågor från publiken, både om alkohol och cancer – men främst alkoholfrågan generellt. För många var seminariet efterlängtat och en efterfrågan kring information om alkohol och äldre var stor. Katarina Hultling avslutade seminariet med en uppmaning på vägen, utifrån dagens tema: – Sprid information, men skriv inte folk på näsan!



