

- **Nuværende genstandsgrænser**
- **Baggrund for revision**
- **Andre lande**
- **Hvilke grænser skal vi have fremover?**

- **Q&A**

1

Genstandsgrænser Sundhedsstyrelsen, 2010

- **Intet alkoholforbrug er risikofrit for dit helbred**
- **Drik ikke alkohol for din sundheds skyld**
- **Du har en lav risiko for at blive syg på grund af alkohol ved et forbrug på 7 genstande om ugen for kvinder og 14 for mænd**
- **Du har en høj risiko for at blive syg på grund af alkohol, hvis du drikker mere end 14/21 om ugen**
- **Stop før 5 genstande ved samme lejlighed**

2

Alkoholrelaterede helbreds-konsekvenser – en systematisk litteraturnemgang af nyeste evidens

September 2020



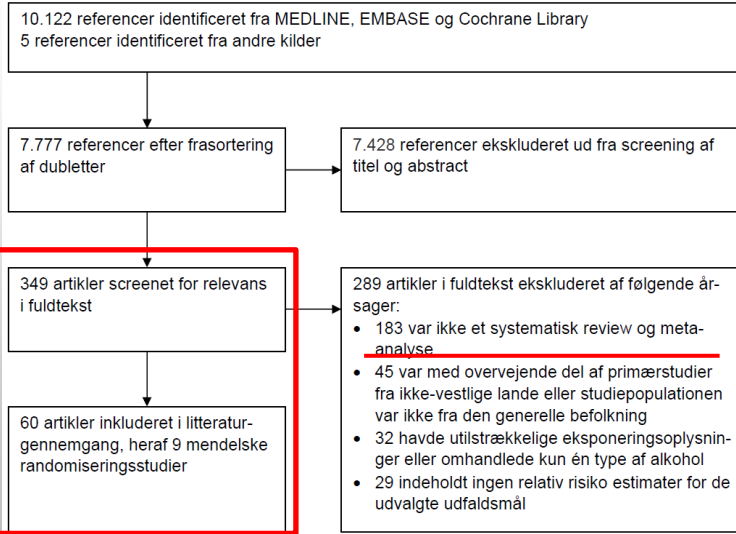
3

Tabel 1. Oversigt over de 16 inkluderede udfaldsmål

	Inkluderede udfaldsmål
Kræft	Brystkræft Bugspytkirtelkræft Leverkræft Mundhule- og svælgkræft Spiserørskræft Strubekræft Tyk- og endetarmskræft
Hjertekarsygdomme	Atrieflimren Blodprop i hjernen Forhøjet blodtryk Hjerneblødning Iskæmisk hjertesygdom
Øvrige sygdomme	Betændelse i bugspytkirtlen Skrumpelever Type 2-diabetes
Dødelighed	Dødelighed af alle årsager

4

Sidste 10 år



5

Dødelighed af alle årsager

- Tre systematiske reviews og meta-analyser

6

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.

7

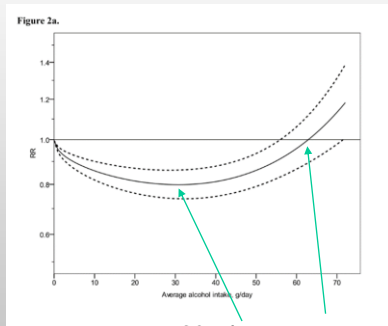
Dødelighed af alle årsager

- Øvrige to studier finder j-formet dosis-respons sammenhæng
 - gavnlig effekt af alkohol ved lavt – moderat alkoholforbrug

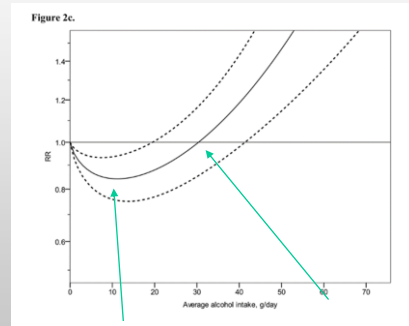
8

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

9

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 højkvalitetsstudier (RR=0,95 (95% CI: 0,68-1,09)).

10

Breaking news!!

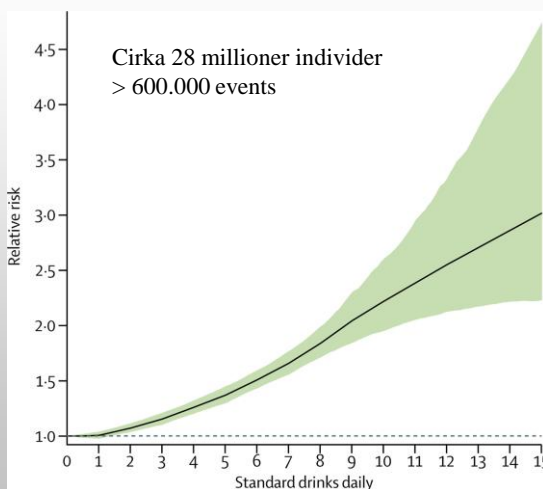
Griswold et al.
 Alcohol use and burden for 195 countries and territories, 1990–2016: a systematic analysis for the
 Global Burden of Disease Study 2016
 The Lancet 2018; 392 (10152): 1015-32

**DALY=disability-adjusted life-years =
 mål for sygdomsbyrde**

**Estimerer det niveau af alkohol, der
 minimerer risikoen for skadelige
 helbreds konsekvenser:**

**0 genstande (genstand defineret som 10 g
 alkohol) om dagen (95% CI: 0,0; 0,8)
 minimerer den overordnede risiko for tab af
 sundhed**

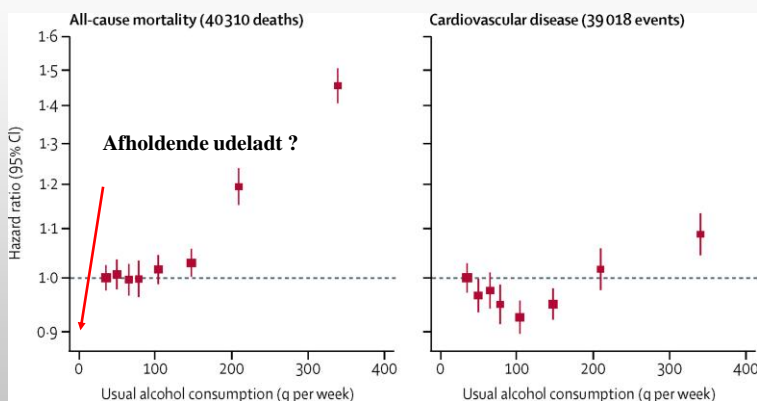
**Ved genstand på 12 g per dag
 1 genstand: RR=1,02 (95% CI: 0,99; 1,05)
 2 genstande: RR=1,10 (95% CI: 1,06; 1,15)
 5 genstande: RR=1,51 (95% CI: 1,43; 1,59)**



Copyright © 2018 The Author(s). Published by Elsevier Ltd. This is an Open Access article under the CC BY 4.0 license

11

Risk thresholds for alcohol consumption: combined analysis of individual-participant data for 599 912 current drinkers in 83 prospective studies



Wood A. et al. Risk thresholds for alcohol consumption: combined analysis of individual-participant data for 599 912 current drinkers in 83 prospective studies.
 The Lancet 2018 391, 1513-1523. DOI: (10.1016/S0140-6736(18)30134-X)



Copyright © 2018 The Author(s). Published by Elsevier Ltd. This is an Open Access article under the CC BY 4.0 license.

12

Mendelsk randomiseringstudie

- **54 epidemiologiske studier - 261.991 deltagere**
 - 20.259 blodpropper I hjertet
 - 10.164 tilfælde af blodprop I hjernen
- **ADH1B rs1229984 A-allele – mindre forbrug, mindre binge**
- **Genetisk instrument variabel studie (Mendelsk randomiseringstudie)**
- **Konklusion:
Ingen dokumentation for en gavnlig effekt af alkohol**

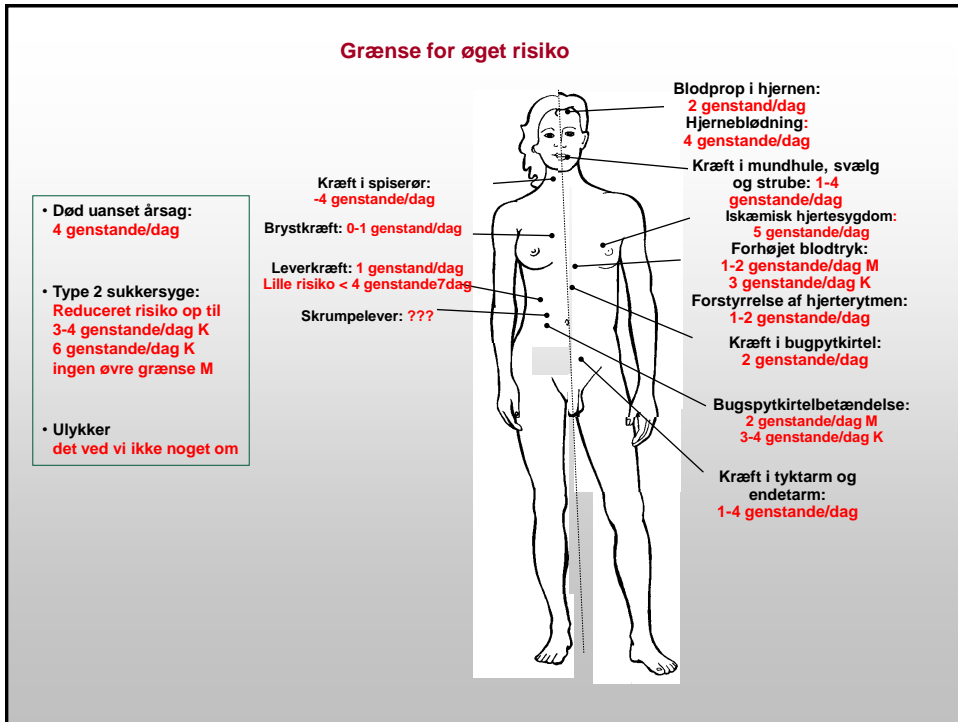
Holmes MV, Dale CE, Zuccolo L et al. Association between alcohol and cardiovascular disease: Mendelian randomisation analysis based on individual participant data. *BMJ*. 2014;349:g4164.

13

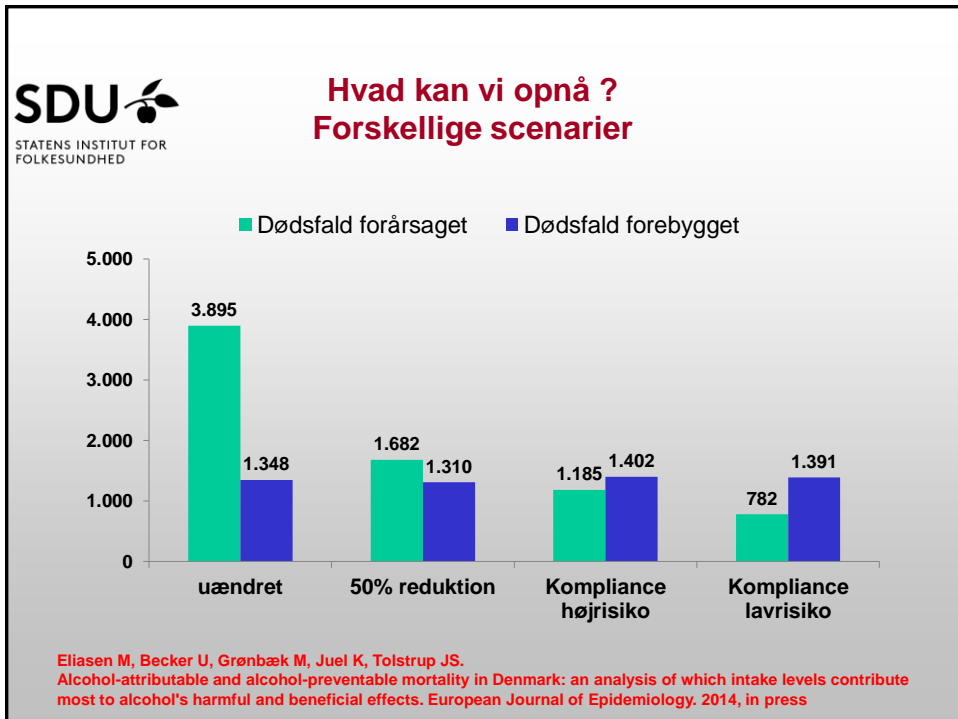
Genetisk instrument variabel studier

- **Genetiske markører kan ikke adskille flere dimensioner i alkohol forbruget (totalforbrug, frekvens og forbrug per episode)**
- **Kun en mindre del af variationen i alkoholforbrug kan forklares af den arvelige variant**
- **Svært at være sikker på at génet kun er associeret med sygdommen via alkohol**

14



15



16

Og en hel masse andet

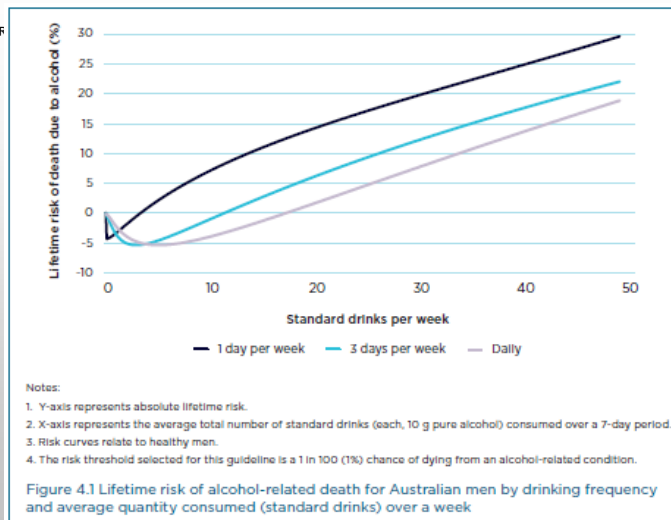
- **Enkelt studier**
- **Guidelines andre lande**
 - Australien

17



18

Mænd



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

19

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

20

Hvor er der ny dokumentation

- **Stærkere dokumentation for**
 - Risiko for cancer ved lavt forbrug
 - Generelt lav risiko ved lavt forbrug
 - Ikke større forskelle på M og K
- **Fortsat evidens for en reduceret eller uændret risiko for hjerte- kar-sygdom ved lavt eller moderat forbrug**
- **Binge drikning værst i relation til hjerte-karsygdom**
- **Betydning af drikkemønster uafklaret**

21

Særlige grupper Hvordan skal de indgå i "ligningen"

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

22

Tak til

- **Tina Harmer Lassen**
- **Maria Nivi Schmidt Petersen**
- **Signe Skovgaard Hviid**
- **Nicoline Jespersgaard**
- **Peter Bjerregaard**
- **Morten Klöcker Grønbæk**
- **Janne S. Tolstrup**