

新聞稿

即時發放

聯絡人：劉鳳慧 (電話：(852) 2529 5025; 電郵：h.lau@wcrf.org)

國際會議發表最大型、最全面的癌症預防報告 更新資料摘要

**世界癌症研究基金會及美國癌症研究所的持續更新計劃的最新科研證據
支持專家小組就體脂及酒精所提出的預防癌症建議**

今天一個關於飲食、體力活動、體重及癌症預防的國際會議上，大會發表了兩個有關導致大腸癌形成的大型研究評估報告，兩項研究均支持世界癌症研究基金會及美國癌症研究所現有的預防癌症建議。

第一項研究提供更多科研證據，顯示腰間儲存過多脂肪對健康尤其有害。第二項研究確定過量飲用酒精會增加大腸癌的風險，而男性承受的風險又比女性為高。

此兩項研究由世界癌症研究基金會（香港）所屬的世界癌症研究基金會全球網絡主導進行，為世界癌症研究基金會及美國癌症研究所於2007年發表的重要報告作出更新，根據該報告，有確切的科研證據顯示，身體過重及飲用酒精均會增加大腸癌的風險。

世界癌症研究基金會及美國癌症研究所的持續更新計劃，以專家報告《飲食、營養、體力活動與癌症預防》內的研究結果作為基礎，定期為各種癌症的科研結果逐一作出更新。有關乳癌科研證據的更新結果經已於去年發表。

體脂與大腸癌風險的關係更形確切

今天，在一個於倫敦舉行的國際科學會議上，大會將發表檢視身體脂肪與大腸癌最新相關論證所得的研究結果。

根據最新的科研結果，有更強而有力的證據顯示，身體過重是癌症的一個重要風險因素。世界癌症研究基金會及美國癌症研究所建議，在體重不致於過輕的情況下，越瘦越好。

世界癌症研究基金會（香港）的醫學及科學顧問Martin Wiseman教授指出：「過多的體脂會增加患癌風險的科研證據已相當確切，這個最新的研究為這方面提供了更有力的證據。」

他說：「其實現時科學界認為，維持健康體重是繼不吸煙後最重要的防癌方法。」

「是次研究不但確定體脂與大腸癌的關係，同時亦確定體脂的分佈同樣重要。意思是，體重指數屬正常的人士若腰圍過大，亦應考慮減輕體重。」

是次研究的首席研究員Teresa Norat博士說：「此研究意味著即使我們的體重屬於正常，亦須留意中央肥胖的情況。另外，此研究亦確定過重會增加患大腸癌的風險，香港每年便有逾4,000人患上大腸癌。」

「此研究令我們更瞭解體脂如何影響大腸癌的風險，我們需要更多研究，了解如何才能為體重正常以及過重的人士預防中央肥胖。」

飲用酒精增加患大腸癌風險，尤以男性為甚

酒精與大腸癌的風險研究結果引起專家關注，原因是本港男士飲用酒精的份量比女士顯著要多。

不過，雖然有關數據顯示，飲用酒精在結腸癌形成方面，男性承受的風險比女性為高，但在於直腸癌方面，兩性承受的風險程度並無太大分別。

此項由世界癌症研究基金會委托英國倫敦帝國大學進行的評估研究引起關注，原因是近年香港的酒精飲用量顯著增加。

此項研究為世界癌症研究基金會2007年的專家報告就有關酒精與大腸癌的研究結果作出更新。

雖然研究結果特別指出男士限制飲用酒精的重要性，但專家強調酒精亦是女性患癌的一個重要風險因素，因為有確切的科研數據顯示，飲用酒精增加乳癌的風險。現時，此研究報告亦發現，飲用酒精會增加女性患上直腸癌的的風險。

世界癌症研究基金會及美國癌症研究所建議，如要喝酒精飲品，男士每天不應多於兩杯，而女士則以一杯為限。

世界癌症研究基金會及美國癌症研究所的Wiseman教授指出：「是次的大型評估研究確定飲用酒精是大腸癌的一個風險因素。」

「事實上，我們估計每年於中國及香港確診的大腸癌個案中，有數以千計均可能與飲用酒精有關。因此，我們清楚知道只要減少喝酒便能有效地預防大腸癌。」

「雖然關於飲用酒精會增加大腸癌的研究結果相當確實，但許多香港人仍不知道酒精與大腸癌的關連。因此，我們需要做更多的工作來宣揚這個訊息，只有透過提供相關的資訊來提高大眾的意識，才能有助他們作出有依據的選擇。」

PRESS RELEASE



World Cancer
Research Fund
Hong Kong

世界癌症研究基金會（香港）

www.wcrf-hk.org

Norat博士補充：「過去數年，科學家在酒精與大腸癌關連的領域上進行了許多研究。雖然現存有關飲用酒精及女性患大腸癌的科研數據並非一致，但是次的研究指出，飲用酒精的男性與女性，患上直腸癌的風險可能相若。」

「研究結果顯示大眾（特別是男性）可透過減少飲用酒精去減低患大腸癌的風險。」

附註：

關於體脂及酒精的評估研究，是世界癌症研究基金會及美國癌症研究所即將推出的大腸癌更新資料摘要。有關更新資料還討論到許多其他的風險因素，包括紅肉及加工肉類、體力活動、以及蔬果和膳食纖維的攝取。

關於世界癌症研究基金會（香港）

世界癌症研究基金會（香港）是世界癌症研究基金會全球網絡的其中一員，世界癌症研究基金會全球網絡包括以下各慈善機構：美國癌症研究所（AICR）、世界癌症研究基金會（英國）（WCRF UK）、世界癌症研究基金會（荷蘭）（WCRF NL）、世界癌症研究基金會（香港）（WCRF HK）、世界癌症研究基金會（法國）（WCRF FR）、以及總會：世界癌症研究基金會（國際）（WCRF International）。

世界癌症研究基金會（香港）致力協助人們作出減低患癌風險的抉擇。這包括有關飲食、體力活動和體重控制與患癌風險的研究和教育項目。欲知更多詳情，請瀏覽www.wcrf-hk.org。

世界癌症研究基金會於07年11月發表的專家報告：「食物、營養、體力活動與癌症預防」是歷來有關生活習慣與癌症的關係的最全面報告，本會的教育項目乃是根據此報告的內容而制訂。詳情請瀏覽www.dietandcancerreport.org。

世界癌症研究基金會有限公司乃世界癌症研究基金會（香港）的註冊公司名稱。
註冊編號: 596724

傳媒查詢：

| |
|--|
| <p>劉鳳慧 世界癌症研究基金會（香港） 香港灣仔軒尼詩道145號安康商業大廈601室 電話：(852) 2529 5025 傳真：(852) 2520 5202 電郵：h.lau@wcrf.org 網址：www.wcrf-hk.org</p> |
|--|