



▲加拿大出售酒類的商店3日從貨架上撤走美國紅酒。路透社

美國民眾酗酒問題嚴重

- 2020年至2021年，美國每年約有**17**萬人因過量飲酒而死亡。
- 約**17%**的美國成年人報告自己酗酒，約**6%**的人過度飲酒。
- 從1999年到2020年，**55**歲以上中高齡因酗酒死亡人數增加**237%**，高於**25**歲至**34**歲以外的任何年齡層。
- 美國2020年有**4.9**萬人因飲酒死亡，每**10**萬美國人中就有**13**人死於飲酒，創幾十年來最高紀錄。
- 美國男性與酒精相關的總體死亡人數是女性的**2.5**倍。

註：根據美國CDC定義，酗酒指男性一次飲5杯以上，女性飲4杯以上；過度飲酒指男性每周飲15杯以上，女性飲8杯以上。

來源：美國疾病控制與預防中心（CDC）

美聯邦膳食指南擬更新

「適量飲酒」引爭議



▲調查顯示美國每五個成年人中就有三個喝酒。資料圖片

美國聯邦膳食指南將在今年年底更新，並於2月14日結束公眾諮詢，而「適度飲酒是否健康」近期成為公共衛生辯論的焦點。一項聯邦分析報告指出，無論男女，每天只喝一杯酒精飲料就會增加肝硬化、食道癌、口腔癌等健康風險。支持適度飲酒人士則引用另一項報告稱，適度飲酒者因心臟病發作和中風而過早死亡的風險比不飲酒者更低。

適度飲酒是否有害健康這一問題長久以來存在爭議，此次指南更新不僅事關民生，也關乎諸多酒類廠商的利益，各方都在爭奪對飲酒建議的話語權，這些建議將影響含酒精飲品在美銷售以及民眾對酒精的認知。

【大公報訊】美國聯邦膳食指南自1988年以來從未改變對飲酒的建議，即男性每天飲酒不超過兩杯（28克酒精）、女性每天飲酒不超過一杯（14克酒精），對於健康而言是安全的。該指南每5年更新一次，美國當局目前正在更新包括酒精在內的指南建議，並會在今年稍後時間公布，新指南將由特朗普政府最終確定。

不到一半人知道酒精致癌

根據民意調查機構蓋洛普統計，美國每五個成年人中就有三個喝酒。約45%的人認為即使適量飲酒也會對健康有害，43%的人則認為沒有影響。諮詢文件指出，酒精是美國第三大可預防的癌症成因，僅次於煙草和肥胖。它每年造成近10萬例癌症病例。不過，雖然89%的美國人知道煙草會致癌，但只有不到一半的人知道酒精也會致癌。

今年1月初，時任美國醫務總監穆爾蒂建議，在美銷售的酒精飲料包裝上都應標註癌症警告。穆爾蒂發布的報告稱，飲酒會增加至少7種類型癌症的發病風險，包括肝癌、乳癌、大腸癌、食道癌、口腔癌、咽癌和喉癌。不過，美國總統特朗普此前已經宣布，選定珍妮特·內謝華特作為新任美國醫務總監人選。穆爾蒂的提議能否落地實施具有很大的不確定性。

據《紐約時報》報道，一些科學家認為適量飲酒的危害長期被低估。

目前美國的酒精飲品上已經有警告標籤，提示孕婦不應飲酒，並警告酒精可能影響駕駛能力，但這些標籤已經有接近40年

沒有更新。美國衛生與公眾服務部主持的科學評審小組上月14日發布的分析報告顯示，無論飲酒量多少，患癌風險都會增加，並且風險會隨着飲酒量的增加而增加。報告指出，即使適量飲酒，女性患肝癌的風險也會增加。報告作者、加拿大物質使用研究所所長蒂莫西·納伊米表示：「即使是適量飲酒也存在中等風險。」

酒商批評報告存利益衝突

美國酒商們則抨擊這份新報告，指責作者存在「偏見和利益衝突」，並在一份聯合聲明中聲稱，納伊米獲得了一個提倡禁酒的組織的支持。聲明還稱，納伊米擔任酒精政策會議科學顧問委員會的聯合主席，該委員會的目標就是「推進合理的酒精政策」。《華爾街日報》引用美國國家科學、工程和醫學院去年12月公布的報告，指出與不飲酒的人相比，適量飲酒的人罹患肝癌的風險略高，但整體死亡風險和心血管疾病風險較低。

美國啤酒協會表示，啤酒業鼓勵法定飲酒年齡的成年人根據個人情況做出選擇，適量飲酒。美國蒸餾酒委員會也回應稱，許多生活方式選擇都有潛在風險，政府應考慮全面的科學研究。

另據《華爾街日報》報道，對於每周飲酒15杯及以上的酒類消費者而言，他們並不擔心所謂的癌症風險。39歲的凱文·特納直言，人們知道酒精對身體有害，「酒精是一種美味的毒藥。」

（綜合報道）

「適度飲酒」危害健康嗎？

●美國聯邦膳食指南自1988年以來，從未改變對飲酒的建議，即男性每天飲用不超過兩杯（28克酒精）、女性每天飲用不超過一杯（14克酒精），對健康而言是安全的。

●美國國家科學院小組去年12月的一項研究表明，適量飲酒可使心血管疾病死亡人數減少18%，全因死亡風險降低16%，女性患乳腺癌的風險增加10%。

●哈佛大學2010年一項研究指出，適量飲酒可以降低女性心源性猝死風險。

●2022年，世界衛生組織發布指南稱，沒有不影響健康的「安全飲酒量」一說。

●外部專家委員會為今年即將更新的美國聯邦膳食指南撰寫的報告指出，一旦每天飲酒超過一杯，因酒精死亡的風險就會增加1%。

●美國衛生與公眾服務部主持的科學評審小組1月12日發布的報告指出，適量飲酒也會增加女性患肝癌的風險。

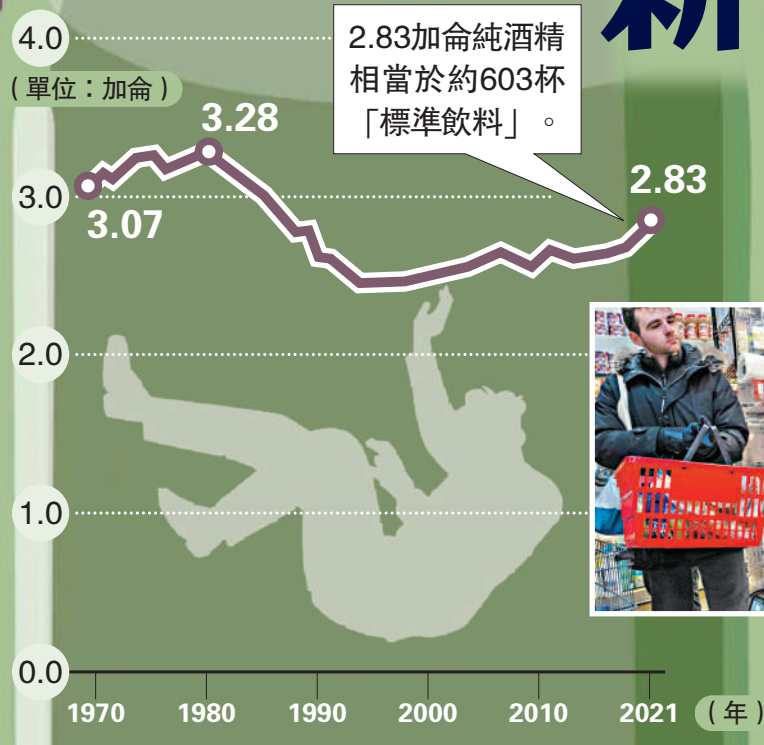
不危害

危害

（大公報整理）

美國民眾近年酒精攝入量增加

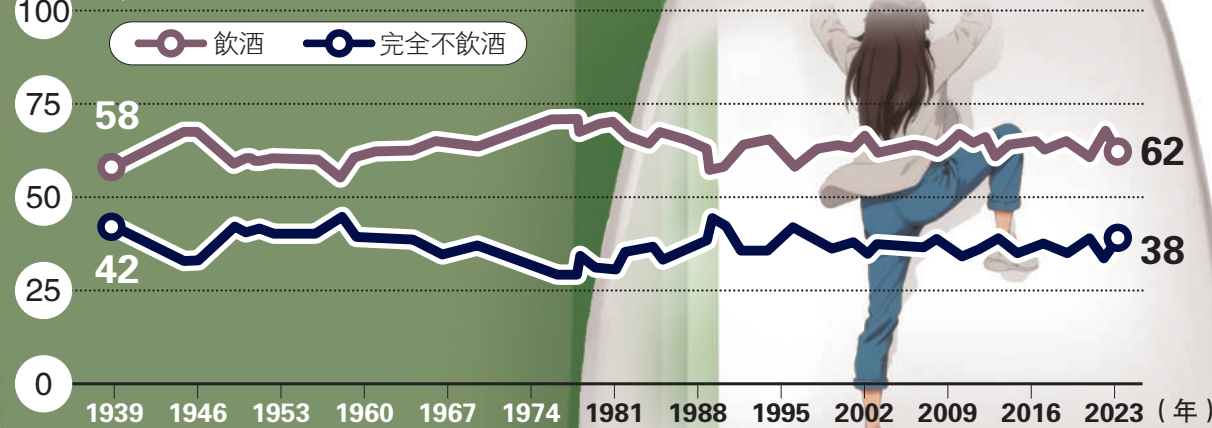
21歲以上人口每人人均純酒精消費量



▲紐約一家超市的貨架上擺滿啤酒。法新社

註：一杯「標準飲料」含有0.6盎司酒精。數據來源：美國國家酒精濫用和酒精中毒研究所（NIAAA）

美國成年人飲酒情況



註：調查問題為「您是否偶爾飲用烈酒、葡萄酒或啤酒等酒精飲料，或者您完全不飲酒？」

數據來源：蓋洛普

年輕市場萎縮 法葡萄酒業面臨危機

【大公報訊】據《金融時報》報道：業內人士表示，隨着年輕一代越來越多地選擇其他飲品或完全不喝酒，法國紅酒或將面臨「生存危機」。

據法國波爾多葡萄酒行業協會提供的數據顯示，伴隨年輕世代口味變化，上世紀70年代以來，法國紅酒消費量已下降約90%。調查機構尼爾森的數據也顯示，自1945年以來，法國的葡萄酒總消費量已下跌超過80%，並且這種下降趨勢正在加速。

數據顯示，法國出生於1995年至2009年的Z世代年輕人的葡萄酒購買量僅為千禧一代的一半。《金融時報》指出，對擁有龐大紅酒產業的法國而言，如果業者無法適應這樣的改變、無法提出應對措施，法國紅酒恐怕面臨生存危機。

波爾多葡萄酒行業協會董事會成員杜朗稱，每一代法國人的飲酒習慣都在改變，「如果祖父每年喝300升紅酒，那麼父親可能每年喝180升，兒子每年只喝30升。」他表示，業界確實看到年輕世代消費者對紅酒的興趣下滑，取而代之的是啤酒和無酒精飲料。杜朗也表示，一些喜歡紅酒的年輕世代買家更重視酒的質量，他預測法國市場未來對平價紅酒的需求將會非常低，擔心這類葡萄酒的產量過剩，反而會損害波爾多的形象。

報道還提到，紅酒行業也面臨主要出口市場需求急劇下降以及氣候變化的影響。葡萄酒買家卡斯特表示，產量大、單寧（葡萄酒主要含量）含量高的紅酒銷售量正在大幅下降，而且隨着世代更替，這一趨勢還在加速。

不只是在法國，年輕世代飲酒量比父母輩銳減的情形在全世界都逐漸明顯，例如日本酒精飲料市場也逐年萎縮，根據日本國稅局的統計數字，1995年時日本酒類消費為人均100公升，但2020年跌至人均75公升。



▲歐洲部分國家的年輕人更青睞「無酒精」紅酒。法新社

▶法國總統馬克龍拒絕推廣戒酒計劃。法新社



「最愛酒」總統 馬克龍拒推戒酒活動

【大公報訊】綜合報道：法國以紅酒文化聞名，法國學者曾指責政府在應對酒精風險方面做得不夠，促請當局仿效英國推廣「1月份無酒精」活動，但當局並未積極回應。有批評稱當局不推廣此活動是因為馬克龍太「愛酒」，但也有分析指出，法國紅酒行業面臨「生存危機」，當局推戒酒活動需考量充分。

法國逾45名研究成癮問題的學者曾聯署去信法國衛生部，促請當局推廣「1月份無酒精」活動，鼓勵公眾戒酒1個月。法國成癮協會主席本傑明稱法國酗酒問題嚴重，當局理應重視，他引述官方數據，稱法國當局估計每年約有

4.2萬人的死與酒精有關。

不過法國政府從未提倡法國版的「1月份無酒精」。馬克龍被認為是該國自二戰後最支持飲酒的總統，他曾表示自己每日都會喝2杯紅酒，午餐一杯，傍晚一杯，「要是一餐飯沒有搭配美酒，那還真是有點哀傷」。去年6月，他與巴黎機隊隊慶祝獲勝時，更曾在球員們面前於17秒內喝光一瓶啤酒。

法國是繼美國之後的全球葡萄酒第2大消耗國，當地釀酒業關乎50萬人的生計，要求民眾1個月不飲酒的活動，多少會對整個行業造成不可忽視的影響。