

国际癌症研究机构（IARC）专题工作组对食用红肉和加工肉制品的评价结果

红肉

由“国际癌症研究机构专题研究规划”召集的工作组由来自于10个国家的22名专家组成。工作组在对既往科学文献进行了全面回顾之后，根据食用红肉对人类致癌的有限证据和较强的支持致癌性的机械证据，将食用红肉定为较可能对人类致癌（2A级）。

上述关联主要存在于食用红肉与结肠直肠癌之间，但食用红肉也与胰腺癌和前列腺癌存在关联。

加工肉制品

基于食用加工肉制品导致人类结肠直肠癌的足够证据，加工肉制品被列为对人类致癌（1级）。

食用肉类及其影响

食用肉类的情况在不同国家间差别巨大：根据国家不同，从百分之几的人食用红肉到100%的人食用红肉不等；食用加工肉制品的比例略低。

专家的结论是，每天食用的每50克加工肉制品可使罹患结肠直肠癌的风险增加18%。

“对个体而言，因食用加工肉制品而罹患结肠直肠癌的风险较小，但这一风险随食用量增加而增加，”国际癌症研究机构专题研究规划主任Kurt Straif博士表示，“鉴于食用加工肉制品的人数众多，它对全球癌症发病率的影响就具有公共卫生意义了。”

国际癌症研究机构专题工作组对在饮食各异的众多国家和人群中调查了十多种癌症与食用红肉或加工肉制品之间关联的800多项研究进行了考虑。最有影响力的证据来自于过去20多年来开展的大规模前瞻性队列研究。

公共卫生

“这些研究结果进一步支持了目前有关限制食用肉类的公共卫生建议，”国际癌症研究机构主任Christopher Wild博士说，“与此同时，红肉又具有营养价值。因此，这些研究结果很重要，可以使政府和国际监管机构开展风险评估，权衡食用红肉及加工肉制品的利弊，提供尽可能最佳的饮食建议。”

编者注意：

红肉是指各类哺乳动物的肌肉，如，牛肉、小牛肉、猪肉、羔羊肉、绵羊肉、马肉、山羊肉等。

国际癌症研究机构（IARC）专题工作组对食用红肉和加工肉制品的评价结果

加工肉制品是指为改良口味或延长保存时间，经盐腌、腌渍、发酵、烟熏或其他方式处理过的肉类。大多数加工肉制品都是由猪肉或牛肉制成，但也可能由其他红肉、禽肉、内脏或血液等肉类副产品制成。

加工肉制品的例子有热狗（法兰克福香肠）、火腿、香肠、腌牛肉、牛肉干、罐头肉和以肉制成的调味汁、剂等。

上述评价的最终结果摘要已在线刊登在《柳叶刀肿瘤学》杂志上，详细评估结果将发表在《国际癌症研究机构专论》第114期上。<http://www.thelancet.com/journals/lanonc/article/PIIS1470-2045%2815%2900444-1/fulltext>

浏览国际癌症研究机构专题组的问答，请登录：<http://www.iarc.fr/en/media-centre/iarcnews/pdf/Monographs-Q&A.pdf>

浏览国际癌症研究机构专题组关于食用红肉及加工肉制品致癌性的问答，请登录：http://www.iarc.fr/en/media-centre/iarcnews/pdf/Monographs-Q&A_Vol114.pdf

更多信息请联系：

Véronique Terrasse, Communications Group, +33 (0)4 72 73 83 66, terrassev@iarc.fr或Nicolas Gaudin博士, IARC Communications, com@iarc.fr。

国际癌症研究机构（IARC）隶属于世界卫生组织，其职责是协调并开展有关人类癌症原因和致癌机制的研究，制定科学的癌症控制战略。机构的工作内容既涉及流行病学研究，也涉及实验室研究，并通过出版物、会议、课程和进修等方式传播科学信息。