



여성음주



여성들이 알아야 할 술의 위험성



보건복지부

KHEPi

한국건강증진개발원



01

★ 여성음주, 왜 더 위험한가요?

여성은 남성에 비해



체중/체내 수분↓



체지방율↑

같은 양의 술을 마셔도 남성에 비해



혈중 알코올 농도↑



간에서 대사할 알코올양↑

음주로 인한 각종
신체질환에 더 쉽게 노출!



보건복지부

KHEPI

한국건강증진개발원

☆ 내가 마시는 술, 혹시 **아기**에게도?

가임기, 임산부 음주는



유산, 조산, 사산의 위험
태아의 발육 지연

안면기형, 중추신경계 이상 등
태아알코올 스펙트럼 장애(FASD) 발생

<주류용기 음주경고문구> 필수 표기내용

"특히 임신 중의 음주는 **기형아 출생률**을 높입니다"



03

★ 폐경기 여성도 예외는 없어요!

알코올은



골밀도가 저하되는 폐경기 여성에게
치명적인 건강이상 유발



유방암 발생 확률 증가



보건복지부

KHEPI

한국건강증진개발원



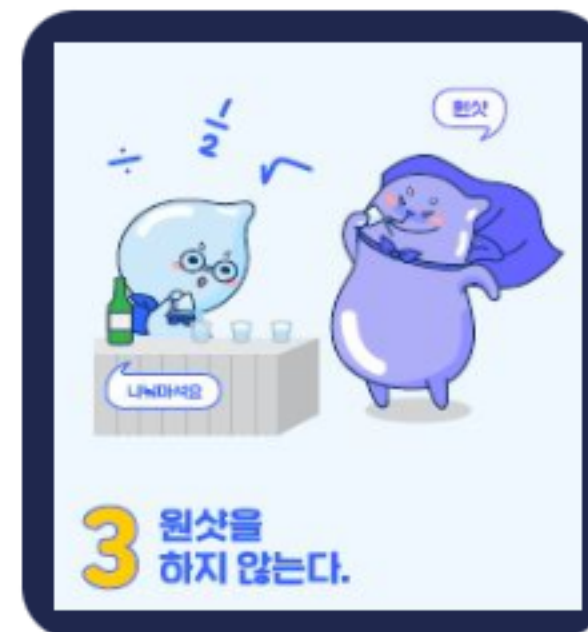
술로부터
나를 지키는



똑똑한 5가지 방법!



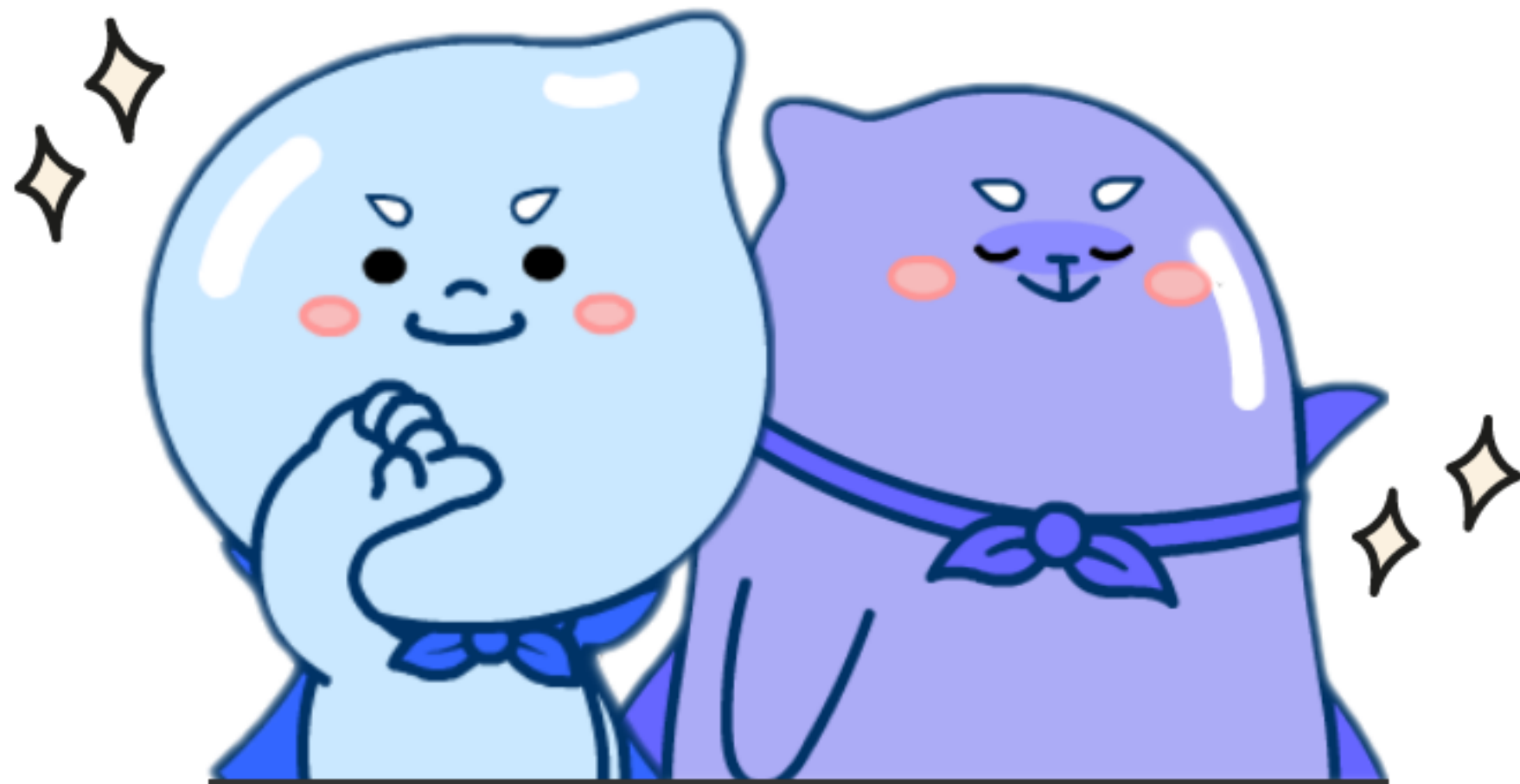
절주실천수칙



보건복지부

KHEPi

한국건강증진개발원



**'절주실천수칙'으로
함께 건강해요!**



보건복지부

KHEPi

한국건강증진개발원

