

皆様の健康経営をサポートいたします

アルコール教室

～アルコール体質チェック付～

自分の体質を知って賢くお酒と付き合しましょう

綿棒でほほの内側をこすって唾液を採る簡単な遺伝子検査により、
アルコールに対する代謝能力がわかるものです

※本検査は、健康状態または疾患の診断を目的とするものではありません

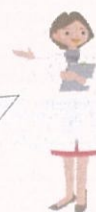
★教室の流れ

教室当日

①まず検査します

専用綿棒でほほの内側を
左右10～20回ずつこすって採取
⇒ 検体を本会へ提出
⇒ 検査機関で遺伝子検査

検査についての詳細は、
裏面をご覧ください



②健康教室でアルコールについて理解を深めましょう

- ・節度ある飲酒、体質別の特徴、疾病との関連などについての講話
- ・AUDIT（オーディット）による飲酒習慣の振り返りなど

教室から
約2週間後

結果はアプリで返却！

アプリ（ダウンロード無料）またはWEBサイトに結果通知
※本人のみ閲覧可能

料金（税別）

- ◆アルコール体質検査（専用キット込）
3,500円 /人
- ◆健康教室（時間やテーマについて要相談）
45,000円 /回

お問い合わせ等は下記へお電話ください

公益財団法人 東京都予防医学協会
【健康増進部 管理栄養士】

03-3269-2171

Checkタイプ アルコール体質チェック

アルコール代謝関連酵素 (ADH1B・ALDH2) の遺伝子タイプを調べる検査です。
アルコールの体質なんてお酒を飲めばわかる・・・実はそれが違う人もいます！

アルコール体質とは

アルコールを分解する代謝酵素の働きには個人差があり、その強弱は遺伝子の一部の違いにより決められます。簡単な遺伝子検査により、アルコールの代謝能力がわかります。タイプは、以下の5つに分けられます。

タイプ	体質の特徴
A	飲みすぎると翌日にお酒が残りやすく、 アルコール依存症 に最もなりやすいタイプ
B	不快な反応が出にくく、お酒好きになりやすいタイプ
C	お酒に弱いのに顔に出にくく、飲酒で 食道がん に最もなりやすいタイプ
D	お酒に弱くすぐに顔が赤くなり、飲酒で 食道がん になりやすいタイプ
E	お酒が全く飲めないタイプ

疾病との関連も...

国立病院機構 久里浜医療センター 横山 臨床研究部長 による分類

アルコール体質に関する遺伝子検査をすることで、自らの体質的な特徴を理解し、アルコール関連の疾患 (アルコール依存症や、急性アルコール中毒、咽頭がんや食道がん、肝臓疾患) への危険性を認識し、適度な飲酒を心がけることで疾病予防に貢献します。

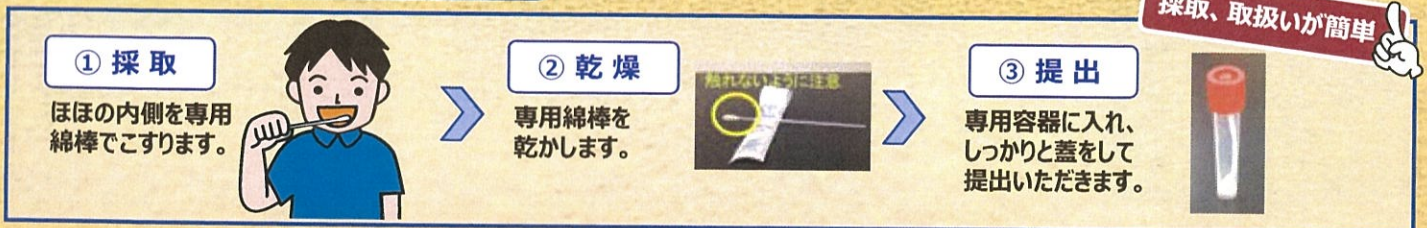
アルコールはどのように分解されるのか？



アルコールが分解されてできるアセトアルデヒドには強い発がん性があり、**咽頭がんや食道がんの原因になることが世界保健機関 (WHO) によって認定されています。**

最もリスクが高いCタイプは、アルコールを貼るだけのパッチテストでは判りません。

どのような検査をおこなうのか？



結果は生涯変わりませんので1度の検査でOKです！

このような方に

健康に飲酒を楽しみたい



- ◆ 酒量の多い方が、咽頭がんや食道がんのリスクについて考えるきっかけ作りに
- ◆ Cタイプで飲酒家の方は、年に一度の内視鏡検査をお勧めします
- ◆ Cタイプ・Dタイプで気管支喘息の方は、飲酒により悪化するとの報告も



アルコール体質を知りたい



- ◆ 新成人・新社会人になり飲酒の機会が増える方に
- ◆ 練習してもなかなか飲めるようにならない方に
- ◆ 車の運転や機械操作のお仕事をされている方に
- ◆ Eタイプの方は、アルコール入りの栄養ドリンク等にもご注意ください