

あなたはどのタイプ??

タイプ別

お酒との上手なつきあい方

アルコール分解遺伝子 (ADH1B)	アルデヒド分解遺伝子 (ALDH2)	体質の特徴	体質の割合 (日本人)
低活性	活性	<p>翌日お酒が残りやすく、アルコール依存症になりやすいタイプ</p> <p>大酒のみに最もなりやすいタイプ。 飲み過ぎると翌日までアルコールが残るので、運転や仕事に注意。 ※アルコール依存症の方の中では、一般の人と比較し約6倍がこのタイプ</p>	4%
活性		<p>お酒好きになりやすいタイプ</p> <p>お酒を飲んでも赤くなるなどの不快な反応が出にくく、お酒好きになりやすいタイプ。 アルコール分解速度が速いので、その分、肝臓への負担が大きい。節度ある飲酒を!</p>	55%
高活性			
低活性	低活性	<p>お酒に弱いのに顔に出にくく、飲酒で食道がんになりやすいタイプ</p> <p>アセトアルデヒドが体にたまるのに、顔が赤くなるなどの不快な反応が弱いので、お酒に強いと勘違いしやすい。たくさん飲む人は咽喉がんや食道がんになる危険性が最も高い。</p>	3%
活性		<p>お酒に弱く、顔がすぐに赤くなるタイプ</p> <p>少量のお酒でアセトアルデヒドがたまり、すぐに赤くなり不快な反応が出る。 不快な反応に慣れてくるとお酒が飲めるようになるが、たくさん飲むと咽喉がんや食道がんになる危険性が高い。</p>	33%
高活性			
低活性	不活性	<p>お酒が全く飲めないタイプ</p> <p>アセトアルデヒドが分解できず、ごく少量のお酒で真っ赤になり不快な反応がとて強く出る。 このタイプにはお酒は毒です。無理して飲まない様に!</p>	5%
活性			
高活性			