

飲酒文化改變 加拿大酒類銷量創歷史新低



新華社北京3月1日電--加拿大人愛喝酒，無論參加生日聚會、婚禮還是看體育比賽，總少不了喝上幾口助興。不過，最近幾年，不少加拿大人開始改變這一習慣。加拿大統計局發布的最新調查數據顯示，2021至2022財政年度，該國啤酒和葡萄酒銷量創下歷史新低。

英國廣播公司2月28日援引加拿大統計局數據報道，在截至2022年3月31日的2021至

2022財年，加拿大酒類銷量10年來首次出現下降，同比降幅為1.2%；葡萄酒銷量下降4%，為統計局自1949年開始相關記錄以來最低；長期穩坐銷量頭把交椅的啤酒銷量下降2.8%，創下1949年有記錄以來人均銷量最低紀錄。同時，葡萄酒勾兌飲料和蘋果酒的銷量有所上升。

加拿大《多倫多星報》說，從4月1日起，加拿大政府將大幅上調聯邦酒稅，涉及啤

酒、葡萄酒和烈酒，這可能引起酒類行業更大變化。

據加拿大廣播公司近日報道，由於新冠疫情期間與飲酒有關的死亡大幅增加，不少加拿大人正在重新審視自己的飲酒習慣，這或許是造成酒類銷量下降的一大原因。

非政府組織“加拿大物質使用與成癮中心”資深科學家埃琳·霍實說：“飲酒是加拿大文化的重要組成部分，廣為社會接受。”有

統計顯示，約八成加拿大成年人飲酒。15歲及以上人群中，40%每周飲用超過6個酒精單位。1個酒精單位相當於10毫升或8克純酒精。

英國獨立調查機構“全球毒品調查”2021年公布的一項調查顯示，就飲酒頻率而言，加拿大人在全球的排位靠後，甚至低於平均水平，但是在“感覺喝醉了”這一範疇內，加拿大人的排名躍升至第六。

加拿大衛生部曾表示，喝酒這一傳統導致“嚴重而複雜的公共衛生和安全問題”。早在2011年發布的飲酒規範中，加拿大衛生部建議，女性每周最多攝入10個酒精單位、男性15個酒精單位，以盡可能降低健康風險。

今年1月，加拿大物質使用與成癮中心發布了一份近90頁報告，詳細闡述了飲酒風險并更新了飲酒規範。依照報告說法，每周經由飲酒攝入超過2個酒精單位就會影響健康，包括增加患乳腺癌和結腸癌的風險。這份報告的完成得到衛生部資助。

霍實說，每周攝入3個酒精單位，患頭頸癌的風險會增加15%。喝得越多，風險越大。但在大多數加拿大人的認知裏，每周攝入3個酒精單位並不算多。

加拿大物質使用與成癮中心建議人們不喝酒，如果實在要喝，每周純酒精攝入量不要超過2個酒精單位。

(荆晶)

每天適度鍛煉11分鐘即有助於降低早死風險



新華社北京3月1日電《英國運動醫學雜誌》2月28日刊載的一篇論文說，一項大型研究顯示，人們祇要每天完成11分鐘的中等強度運動，如快步走、騎行、跳舞等，就有助於將由心臟病、中風、癌症等引發的早死風險降低多達23%。

設在英國劍橋大學的英國醫學研究委員會流行病學部研究人員分析匯總了196份已發表的研究論文數據，得出上述結論。那些論文出自94項大型研究，共涉及超過3000萬名成年人的健身習慣、患病率、死亡率等數據，平均隨訪時間為10年。這項最新研究因此成為迄今同類分析中規模最大的一次。

研究團隊經計算發現，如果成年人每周中等強度運動累積至少150分鐘，那麼早死風險降低31%。即使每周累積運動時間祇有75分鐘，相當於日均近11分鐘，早死風險也能降低23%，患心血管疾病風險可降低17%，患癌總體風險則降低7%。

研究團隊在劍橋大學網站發布的新聞稿說，對於頭頸癌、骨髓性白血病、骨髓瘤和賁門癌，每天適度運動11分鐘可將患癌風險降低14%至26%；對於肺癌、肝癌、子宮內膜癌、結腸癌和乳腺癌等其他癌症，同樣運動量可將風險降低3%至11%。

世界衛生組織建議成年人每周中等強度運

動累積時長不低於150分鐘或高强度運動不低於75分鐘。

在中等強度運動中，人的心率增快，一般達到最大心率的60%至70%，身體微出汗，呼吸略喘但還能較為流暢地講話。

論文主要作者之一、劍橋大學運動流行病學專家索倫·布拉格說，對於那些不愛運動的人，他們的研究結論是一個“非常好的消息”，“做一些體育鍛煉總比不做好，這是一個很好的起點”。人們“需要做的就是每天找到比10分鐘多一點的時間”，“而且你不需要去健身房”。比如，在通勤途中嘗試提前下車，改為步行或騎自行車，選擇“非常靈活”。

布拉格說，這項研究潛在的不足之處是，由於評估運動與慢性病風險關係需要數年時間，許多研究是在十多年前進行的，這意味着研究對象的運動量數據為自行上報，可能不如運動手環或手表等可穿戴設備統計得那麼準確。

心臟病和中風等心腦血管疾病是全球死亡病例的主要病因。法新社援引世界衛生組織數據報道，2019年，心血管疾病導致全球1790萬人死亡；2020年，癌症導致全球近1000萬人死亡。

(喬穎)

新聞 國際簡訊

1.尹錫悅3月1日在韓國抗日獨立紀念日上講話：日本已從軍國主義侵略者轉為合作伙伴，韓網友：你是不是瘋了？



2.日本人口坍塌，2022年死亡人數是新生兒數量兩倍，出生人口創百年新低，新生兒跌破80萬，日本首相：情況危急。



3.英國國王查爾斯三世近日決定將哈里夫婦逐出王室小屋，這意味着哈里夫婦將失去他們在英國的唯一住所。



4.國際原子能機構發布報告：日前在伊朗一核設施內檢測到豐度為83.7%的濃縮鈾，已接近武器級豐度；美高官：伊朗約12天可產一枚核彈所需裂變材料，美媒：震驚！

5.2月28日，美國一列載有3萬加侖丙烷的火車在佛羅里達州脫軌，但當地還沒有化學品泄漏的報道。

調查顯示英國2月食品價格漲幅創新高



新華社北京3月1日電--英國市場調查

企業凱度公司2月28日發布的數據顯示，英國2月食品價格持續上漲，同比漲幅創新高。

凱度公司追蹤7.5萬種商品價格走勢後發現，截至2月19日的四周內，英國食品價格較去年同期上漲17.1%，是該公司2008年開始相關調查以來最大漲幅。

根據最新調查，雜貨價格上漲已成為打擊英國人錢包的第二大因素，僅次於能源漲價。調查詢問近1萬人後發現，今年1月，每四個英國家庭中就有一個家庭面臨經濟困

難，而一年前這一比例為五分之一。

凱度公司分管零售與消費領域的負責人弗雷澤·麥凱維特說：「消費者經歷持續漲價已有時日……這給人們的生活造成巨大影響。」

食品漲價還導致超市成本上漲、銷量下降。英國經營在綫超市的奧凱多公司2月28日發布的財報顯示，這家企業去年稅前虧損超過5億英鎊（約合6億美元），相比前一年虧損額擴大一倍多。同日，這家企業股價大幅下跌12.2%。（劉秀玲）