英国研究：啤酒和烈酒与急性肾损伤风险上升的关联强于葡萄酒

对250,791名英国成年人进行为期14年的追踪发现，烈酒饮用量最高者发生急性肾损伤的风险高出25.5%

2026年11月18日星期三



一项英国大型研究发现，啤酒和烈酒摄入量较高与急性肾损伤风险升高相关。该研究追踪了逾25万名成年人，平均随访14年。相关研究由安格利亚鲁斯金大学开展，并发表于Scientific Reports。

研究分析了英国生物样本库中250,791名目前饮酒者的数据，共发现10,335例急性肾损伤（AKI）。这是一种严重病症，患者肾脏功能会突然无法正常运作。AKI可能导致慢性肾病、肾衰竭，并增加过早死亡的风险。

研究人员报告称，即使在对肝病以及一系列健康和生活方式因素进行调整后，较高的烈酒和啤酒摄入量仍与更高的AKI风险相关。这些发现对“酒精相关肾损伤主要是由肝损害引起”这一观点提出了质疑，并提示某些酒类可能与肾脏损害有更直接的关联，不过该研究并未证明因果关系。

研究人员将啤酒、葡萄酒和烈酒饮用者分别划分为三个摄入量组，并将摄入量较高的两组与最低组进行比较。烈酒饮用者中，参照组每周平均摄入1.22个英国酒精单位。每周平均饮用2.69个单位烈酒的

人，发生AKI的可能性高出8.1%；每周平均摄入8.73个单位的人，风险则高出25.5%。

啤酒饮用者中，参照组每周平均摄入2.67个单位。研究发现，每周饮用6.81个单位的人，AKI风险高出5.7%；每周平均摄入23.6个单位的人，风险高出14.8%。

研究人员未发现AKI风险与红葡萄酒或白葡萄酒摄入量之间存在统计学显著关联。但这项研究没有发现这种关联，并不意味着葡萄酒可以保护肾脏。由于这是一项观察性研究，它只能显示大规模人群中的关联，无法证明某类酒精饮料会直接导致或预防肾损伤。

论文第一作者、安格利亚鲁斯金大学心血管流行病学副教授Rudolph Schutte表示，研究结果为早期实验室研究提供了人群层面的补充证据；此前的实验室研究提示，酒精可能直接影响肾脏。他说，数据表明啤酒和烈酒可能通过炎症途径促成肾损伤，但这一机制仍需进一步研究。

这项研究可能引起饮料行业关注，因为它进一步表明，葡萄酒、啤酒和烈酒的健康风险可能并不相同。研究也可能加大对生产商、零售商和政策制定者的压力，促使他们在讨论酒精与健康时区分观察性关联和已证实的因果效应，尤其是在面向消费者的传播和公共讨论中。

该研究依据英国生物样本库记录的自我报告饮酒量，并对参与者进行了近15年的追踪。即使通过统计方法调整了许多其他因素，此类研究仍可能受到饮食、收入、病史和饮酒模式差异的影响，而这些差异难以全面测量。尽管如此，样本规模和较长的随访时间，使这项研究成为关于特定酒类与急性肾损伤关联的大型前瞻性研究之一。