

برخی عوامل موثر بر خطر ابتلاء به سرطان روده

تهران (پانا) - برخی انواع خوراکی‌ها، مواد مغذی و داروها هستند که مصرف آنها می‌تواند از روده بزرگ در برابر سرطان محافظت کند.

به ZWNJ گزارش ایسنا، یک تیم از متخصصان بین ZWNJ؛المللی به سرپرستی «مارک باردو» از بیمارستان دانشگاه بورنگی فرانسه حدود ۸۰ مطالعه را مورد بررسی قرار دادند که چگونگی تاثیر رژیم غذایی و برخی داروها بر خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ را مورد ارزیابی قرار داده بودند. نتایج این مطالعات بین سپتامبر ۱۹۸۰ تا ژوئن ۲۰۱۹ منتشر شده است.

از نظر دارویی، مصرف آسپیرین (یک نوع داروی ضد التهابی غیر استروئیدی یا NSAID) با دوزهای کمتر از ۷۵ میلی گرم تا ۳۲۵ میلی گرم در روز خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ را ۱۴ تا ۲۹ درصد کاهش می‌دهد. همچنین مصرف داروی ضدالتهابی غیر استروئیدی تا پنج سال با کاهش ۲۶ تا ۴۳ درصدی خطر ابتلا به این سرطان همراه است.

همچنین مصرف اسید فولیک با کاهش ۱۵ درصدی خطر ابتلا به این نوع سرطان مرتبط است اگرچه تعیین حداقل دوز امکانپذیر نیست.

علاوه بر این، مصرف لبنیات خطر ابتلا به سرطان روده را حدود ۱۳ تا ۱۹ درصد کاهش می‌دهد اما مقدار مورد نیاز برای محافظت در برابر سرطان روده بزرگ نامشخص است.

مصرف فیبر نیز با کاهش ۲۲ تا ۴۳ درصدی خطر ابتلا به این نوع سرطان مرتبط است و این در حالیست که مصرف میوه و سبزیجات میزان ابتلا به این سرطان را حدود ۵۲ درصد کاهش می‌دهد.

بررسی نتایج این مطالعات در عین حال نشان داد هیچ مدرکی مبنی ZWNJ؛بر تاثیر ویتامین های C، E و مولتی ویتامین ZWNJ؛ها، بتاکاروتن یا سلنیوم در پیشگیری از سرطان روده بزرگ وجود ندارد.

همچنین نتایج مطالعات در مورد تاثیر چای، سیر یا پیاز، ویتامین D به تنهایی یا همراه با کلسیم، قهوه و کافئین، ماهی و امگا ۳، ضعیف یا غیرقابل اطمینان بود و یافته ZWNJ؛های متناقضی در مورد تاثیر ویتامین A و ویتامین های گروه B در برابر پیشگیری از خطر ابتلا به سرطان روده وجود دارد. در مورد مصرف زیاد کلسیم و داروهای کاهنده کلسترول نیز اطلاعات متناقضی وجود دارد.

مصرف گوشت به ویژه گوشت قرمز و فراوری شده با احتمال افزایش ۱۲ تا ۲۱ درصدی خطر ابتلا به سرطان روده همراه است. همچنین مصرف مواد الکلی خطر ابتلا به این سرطان را به طور چشمگیری افزایش می‌دهد.

محققان بر این باورند که یافته ZWNJ؛های آنان به پزشکان کمک می‌کند تا به بیماران خود در مورد بهترین رژیم غذایی برای کاهش خطر ابتلا به سرطان روده و انجام تحقیقات بیشتر توصیه داشته باشند.

به گزارش مدیسن نت، پیش ZWNJ؛بینی می‌شود تا سال ۲۰۳۰ سالانه در سراسر جهان بیش از ۲.۲ مورد جدید ابتلا به سرطان روده و ۱.۱ میلیون فوت ناشی از این بیماری رخ دهد.