

MAXH των κυτταρων θ. ΔημόπουλοB: Q υγιεινος ιρονos ζωής μειώνει την εμφάνιση καρκίνου

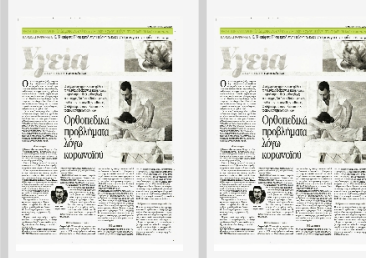
Media: TA NEA

Page: 57-58

Published at: 07-10-2021

Author: Surface: 267.07 cm² Circulation: 11760

Subjects:



MAXH ΤΩΝ ΚΥΤΤΑΡΩΝ Θ. Δημόπουλος: Ο υγιεινός τρόπος ζωής μειώνει την εμφάνιση καρκίνου ΣΕΛ. 58

Ο υγιεινός τρόπος ζωής μειώνει τον κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου

Είναι γνωστό ότι διάφοροι τροποποιήσιμοι υγειονομικοί παράγοντες όπως το κάπνισμα, η παχυσαρκία, η κατανάλωση αλκοόλ και η έλλειψη φυσικής άσκησης σχετίζονται με αυξημένο κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου. Στον αντίποδα, η διατήρηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής σχετίζεται με αύξηση στο προσδόκιμο ζωής. Το ζητούμενο βέβαια είναι αν ο υγιεινός τρόπος ζωής μπορεί να μειώσει την επίπτωση του καρκίνου σε άτομα με υψηλό κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου.

Το ερώτημα αυτό προσπάθησε να απαντήσει μελέτη που δημοσιεύθηκε πρόσφατα στο περιοδικό «Cancer Research». Στη μελέτη αυτή οι ερευνητές αρχικά ανέπτυξαν ένα εργαλείο εκτίμησης του πολυγονιδιακού κινδύνου ανάπτυξης καρκίνου (Cancer Polygenic Risk Score - CPRS). Το εργαλείο αυτό βασίστηκε σε παλαιότερες μελέτες που έχουν συσχετίσει παραλλαγές στο ανθρώπινο γονιδίωμα με την εμφάνιση της νόσου. Ακολούθως χρησιμοποίησαν το



σκορ αυτό για να υπολογίσουν τον κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου για περισσότερους από 200.000 άντρες και αντίστοιχο αριθμό γυναικών από τον πληθυσμό του Ηνωμένου Βασιλείου.

Τα άτομα αυτά είχαν ενταχθεί στη βάση δεδομένων του προγράμματος UK Biobank, στο πλαίσιο του οποίου έγινε πλήρης ανάλυση του γονιδιώματός τους. Με βάση το CPRS, ο πληθυσμός της μελέτης διακρίθηκε σε τρεις ομάδες: χαμηλού, ενδιάμεσου και υψηλού γενετικού κινδύνου για την εμφάνιση καρκίνου.

Επιπλέον, οι ερευνητές εξέτασαν στον υπό μελέτη πληθυσμό πέντε υγειονομικούς παράγοντες: το κάπνισμα, την κατανάλωση αλκοόλ, τη σωματική άσκηση, τον δείκτη μάζας σώματος και τη διατροφή. Με βάση τους παράγοντες αυτούς, οι συμμετέχοντες διακρίθηκαν σε τρεις ομάδες: ευνοϊκής, ενδιάμεσης και δυσμενούς πρόγνωσης.

Η μελέτη κατέδειξε ότι η ομάδα υψηλού γενετικού κινδύνου είχε και μεγαλύτερο κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου σε σχέση με τις ομάδες με χαμηλότερο ή ενδιάμεσο γενετικό κίνδυνο. Το αποτέλεσμα ήταν ανάλογο για τους άντρες και τις γυναίκες. Το τμήμα μάλιστα του πληθυσμού που είχε και υψηλό γενετικό κίνδυνο και δυσμενή πρόγνωση με βάση τον τρόπο ζωής εμφάνιζε 2,5-3 φορές μεγαλύτερη πιθανότητα ανάπτυξης καρκίνου. Ειδικά για την ομάδα με υψηλό γενετικό κίνδυνο, ο κίνδυνος εμφάνισης καρκίνου στην πενταετία ήταν σημαντικά μειωμένος εφόσον τα άτομα ακολουθούσαν υγιεινό τρόπο ζωής σε σχέση με αυτούς που διατηρούσαν λιγότερο υγιεινές συνήθειες.

Συμπερασματικά, ο υγιεινός τρόπος ζωής σχετίζεται γενικά με μεγαλύτερο προσδόκιμο ζωής, αλλά και μεταξύ των ατόμων με υψηλότερη προδιάθεση για εμφάνιση καρκίνου μπορεί να μειώσει την επίπτωση της νόσου.

Ο Θάνος Δημόπουλος είναι καθηγητής Θεραπευτικής Αιματολογίας - Ογκολογίας, πρώτανος του ΕΚΠΑ