

Cauzele si prevenirea cancerului

Written by Claudiu Brisc

Tuesday, 29 June 2010 04:36 - Last Updated Sunday, 11 July 2010 04:21

Vasta majoritate a tipurilor de cancer este sporadică. Nu există o cauză clară pentru care o persoană face cancer și alta nu. Cancerul se dezvoltă în timp, timp în care celulele cu gene normale încep să sufere mutații. Astfel de celule se multiplică rapid și devin maligne. Aceste mutații ale genelor apar din pricina unui amestec complex de factori legați de stilul de viață, ereditate și mediu.

Un factor de risc este ceva ce crește șansele de a dezvoltă cancerul.

Diferitele tipuri de cancer au diferiți factori de risc. Fumatul, anumite diete, alcoolul, expunerea la

ultraviolete (UV), expunerea la agenți cancerigeni (carcinogeni) din mediu și locul de muncă sunt câțiva dintre potențialii catalizatori ai cancerului. Este important să reținem că, totuși, acești factori cresc riscul unei persoane dar nu cauzează întotdeauna boala.

Până la 85% dintre cazurile de cancer pot fi prevenite prin evitarea factorilor de risc din mediu, precum fumatul, expunerea la soare, abuzul de alcool și nutriția săracă. Deși vârsta, rasa, sexul și istoricul din familie nu pot fi schimbate, cunoscând riscul personal de cancer vă poate ajuta să creați o strategie de prevenire prin purificări regulate și alegeri sănătoase în stilul de viață. Unul sau mai mulți factori de risc nu înseamnă că veți face cancer. De fapt, mulți oameni supuși unui risc crescut de cancer nu au dezvoltat niciodată boala, în timp ce alții cu factori de risc necunoscuți s-au îmbolnăvit.

Factorii de risc din mediu

Radiatiile

Nivelele mari de radiații, precum cele din terapiile cu radiații și raze x (expunerea repetată) pot vătăma celulele normale și pot crește riscul apariției leucemiei, precum și a cancerului de sân, de tiroidă, pulmonar, de stomac sau alte organe.

Radiatiile ultraviolete (UV)

Radiatiile ultraviolete ale soarelui sunt direct legate de melanom și alte forme de cancer de piele. Aceste raze solare daunatoare cauzează îmbătrânirea prematură și rănesc pielea. Sursele artificiale de radiații UV, precum lampile solare și cabinele de bronzat, cresc și ele riscul dezvoltării cancerului de piele. Prin purtarea îmbrăcămintii protective și a parasolarelor, și prin evitarea expunerii prelungite la soare, ne putem reduce riscul de cancer de piele. Multe dintre cele 1,3 milioane de cazuri de cancer de piele diagnosticate în anul 2000 puteau fi prevenite prin protecția împotriva razelor solare.

Cauzele si prevenirea cancerului

Written by Claudiu Brisc

Tuesday, 29 June 2010 04:36 - Last Updated Sunday, 11 July 2010 04:21

Virusii

Unii virusi, printre care cei ai hepatiei B si C, HPV si virusul Epstein Barr, care cauzeaza mononucleoza infectioasa, au fost asociati cu un risc crescut de cancer. Bolile imunitare, precum SIDA, pot face pe cineva si mai predispus la unele forme de cancer.

Substantele chimice

Expunerea pe termen lung la chimicale precum pesticidele, uraniul, nichelul, azbestul, radonul si benzenul, poate creste riscul de cancer. Asemenea agenti carcinogeni pot actiona singuri sau in combinatie cu altii, precum fumul de tigara, in sporirea riscului de cancer pulmonar si alte boli pulmonare.

Tutunul

Fumatul si expunerea repetata la tutun creste drastic riscul de cancer pulmonar. Fumatorii sunt mult mai predispusi la dezvoltarea a numeroase tipuri de cancer, precum cancerul gurii, laringelui, esofagului, pancreasului, vezicii biliare, rinichilor si cervixului. Fumatul poate creste si probabilitatea de dezvoltare a cancerului la stomac, ficat, colon, prostata si rect. Folosirea altor produse din tutun, precum guma cu tutun, este legata de cancerul cavitatii bucale, limbii si gatului. Riscul de cancer scade rapid dupa ce fumatorul renunta la fumat, in timp ce starile precanceroase se diminueaza deseori dupa renuntarea la fumat.

Alcoolul

Bautorii inraiti au un risc sporit de cancer la nivelul cavitatii bucale, gatului, esofagului, laringelui si ficatului. Unele studii sugereaza ca pana si consumul moderat de alcool poate creste usor riscul de cancer mamar. Toate tipurile de cancer cauzate de fumat si abuzul de alcool pot fi prevenite complet. Societatea Americana pentru Cancer (SAC) a estimat ca in anul 2000, cca. 171,000 de morti cauzate de cancer s-au datorat fumatului, si cca. 19,000 au fost legate de consumul excesiv de alcool, frecvent in combinatie cu fumatul.

Dieta

Dietele bogate in grasimi si colesterol sunt factori de risc dovediti pentru numeroase tipuri de cancer, precum cancerul de colon, uter sau prostata. Obezitatea poate fi legata de cancerul la san in randul femeilor in varsta, alaturi de cancerul prostatei, uterului, colonului si ovarelor. Multe cazuri de cancer legate de dieta pot fi prevenite. Alegerile alimentare sanatoase si o dieta bine echilibrata, cu fibre, vitamine, minerale si alimente reduse in grasimi pot ajuta la reducerea riscului de cancer. Dovezile stiintifice sugereaza ca pana la o treime din 552,200 morti cauzate de cancer, in SUA in anul 2000, au fost legate de nutritie si de alti factori ai stilului de viata. Anumite cazuri de cancer sunt legate de infectiile virale – de exemplu, virusul hepatitei B, HPV, HIV, virusul limfei/leucemiei celulelor T (HTLV-I) si altii – si pot fi prevenite prin schimbarile comportamentelor

Cauzele si prevenirea cancerului

Written by Claudiu Brisc

Tuesday, 29 June 2010 04:36 - Last Updated Sunday, 11 July 2010 04:21

alimentare.

Altele

Controalele regulate efectuate de un specialist pot detecta prezenta cancerului mamar, de colon, de rect, de cervix, prostata, testicule, bucal si de piele intr-un stadiu incipient, in care tratamentul este mult mai probabil sa aiba succes. Autoexaminarea din cazul cancerului la san si piele poate rezulta in detectarea tumorilor in stadii incipiente. Tipurile de cancer detectabile prin controalele de depistare listate mai sus justifica aproximativ jumătate din toate cazurile noi de cancer. Rata de supravietuire pe 5 ani a acestor tipuri de cancer este de 80%. Daca toti americanii ar participa la controale de depistare regulate, aceasta rata ar putea creste la 95%.

Factorii de risc ereditari

20% din cazurile de cancer sunt cazuri ereditare. Asta inseamna ca gena anormala responsabila de cauzarea cancerului a fost transmisa de la parinte la copil, adaugand un risc mult mai mare de cancer catre toti descendentii familiei. Totusi, doar pentru ca cineva are o gena cauzatoare de cancer asta nu inseamna ca va face automat cancer. Daca se suspecteaza un cancer ereditar, membrii familiei trebuie sa ia in calcul consilierea genetica si testarea gradului de risc. Daca sunt diagnosticate in faze incipiente, tipurile de cancer sunt mult mai sensibile la tratamente.

Semnele de cancer ereditar includ:

Genetic

Exista o teorie cu un oarecare suport stiintific, cum ca anumiti fumatori au un risc mult mai mare de cancer pulmonar indus de fumat decat alti oameni, din cauza aranjamentului genetic.

Grupurile etnice

Unele tipuri de cancer sunt mai frecvente in randul anumitor grupuri etnice

Istoricul din familie

Multe cazuri de cancer sunt asociate cu istoricul medical al familiei. Cancerul de san, ovarian, de prostata si colon sunt doar cateva dintre acestea.

Rudele cu cancer

Cancerul este o boala atat de frecventa (cu o medie estimata la un caz de cancer la 4 oameni, in SUA) incat multe familii vor avea cel putin un membru afectat. Aproximativ, pana la 15% din cazurile de cancer au o baza familiala. Asta inseamna ca tipul de cancer tinde sa apara in randul membrilor unei familii. In majoritatea timpului, diferitele tipuri de cancer apar ocazional sau in asociere cu obiceiuri frecvente familiale, precum fumatul. Totusi, studiile au sugerat ca

Cauzele si prevenirea cancerului

Written by Claudiu Brisc

Tuesday, 29 June 2010 04:36 - Last Updated Sunday, 11 July 2010 04:21

anumite tipuri de cancer pot aparea in exces in unele familii. De exemplu, o femeie a carui mama si/sau surori (rude de gradul intai) au avut cancer la san, este de 2-3 ori mai predispusa dezvoltarii cancerului la san, decat o femeie a caror rude de sex feminin apropiate nu au avut cancer mamar.

Tipuri de cancer frecvente in anumite familii. Cateva tipuri de cancer din copilarie se stie ca afecteaza mult mai des anumite familii. Cercetatorii au descoperit cum functioneaza genele care previn tumorile, in studiul lor asupra retinoblastomului, un cancer al copiilor cu originea in ochi. Aproximativ 40% dintre copiii cu retinoblastom, care au mostenit o gena supresoare anormala RB de la parinte, au dezvoltat retinoblastom la unul sau ambii ochi.

Cancerul multiplu sau bilateral in familii. In unele familii un tip sau mai multe de cancer apar la mai multi membri ai familiei semnificativ mai frecvent decat rata medie. Familiile cu frecventa medie ridicata in cazul cancerului de san, de exemplu, au fost observate ca avand mai multe cazuri de cancer la ovar, colon sau endometru (corpul uterului), fata de cat era de asteptat.

Cazuri rare sau neobisnuite de cancer in randul gemenilor. Leucemia apare foarte rar in randul fratilor. Totusi, atunci cand un geaman identic sub 6 ani are o leucemie, probabilitatea ca si celalalt geaman sa o dezvolte este de cca. 1 la 5, un risc ce depaseste cu mult nivelul populatiei.

Cercetatorii continua sa exploreze daca tipurile de cancer din familii se dezvolta numai din cauza genelor sau si din cauza mediului pe care il are o familie. In general, cancerul determinat genetic pare sa apara mai devreme in viata decat acelasi tip de cancer determinat de alte cauze.asta majoritate a tipurilor de cancer este sporadica. Nu exista o cauza clara pentru care o persoana face cancer si alta nu. Cancerul se dezvolta in timp, timp in care celulele cu gene normale incep sa sufere mutatii. Astfel de celule se multiplica rapid si devin maligne. Aceste mutatii ale genelor apar din pricina unui amestec complex de factori legati de stilul de viata, ereditate si mediu.

Un factor de risc este ceva ce creste sansele de a dezvolta cancerul. Diferitele tipuri de cancer au diferiti factori de risc. Fumatul, anumite diete, alcoolul, expunerea la ultraviolete (UV), expunerea la agentii cancerigeni (carcinogeni) din mediu si locul de munca sunt cativa dintre potentialii catalizatori ai cancerului. Este important sa retinem ca, totusi, acesti factori cresc riscul unei persoane dar nu cauzeaza intotdeauna boala.

Pana la 85% dintre cazurile de cancer pot fi prevenite prin evitarea factorilor de risc din mediu, precum fumatul, expunerea la soare, abuzul de alcool si nutritia saraca. Desi varsta, rasa, sexul si istoricul din familie nu pot fi schimbate, cunoscand riscul personal de cancer va poate ajuta sa creati o strategie de prevenire prin purificari regulate si alegeri sanatoase in stilul de viata. Unul sau mai multi factori de risc nu inseamna ca veti face cancer. De fapt, multi oameni supusi unui risc crescut de cancer nu au dezvoltat niciodata boala, in timp ce altii cu factori de risc necunoscuti s-au imbolnavit.