



چاقی و سیگار عامل بروز سرطان سینه

هر ساله یافته‌های جدیدی برای درمان سرطان سینه به عنوان شایع‌ترین سرطان نزد زنان، پیدا می‌شود.

جام جم آنلاین: هر ساله یافته‌های جدیدی برای درمان سرطان سینه به عنوان شایع‌ترین سرطان نزد زنان، پیدا می‌شود. از آنجا که برخورداری از بهترین، جدیدترین و کم‌عارضه‌ترین روش‌های تشخیصی و درمانی، حق طبیعی بیماران محسوب می‌شود، ما در روزنامه جام‌جم همیشه به دنبال رویدادهایی هستیم که خبرهای خوبی را برای مبتلایان به این بیماری در خود نهفته داشته باشند.

چهارمین کنگره سراسری سرطان سینه به منظور واکاوی فعالیت‌های نظام سلامت در کنترل سرطان و ارائه تازه‌های تشخیص و درمان این بیماری، از دیروز با حضور پژوهشگران برجسته داخلی و خارجی برگزار شده و تا فردا ادامه خواهد داشت.

به گفته دکتر احمد کاویانی، ارائه تازه‌ها و نتایج پژوهش‌های انجام شده در زمینه‌های پیشگیری، تشخیص، درمان و کیفیت زندگی در سرطان سینه مهم‌ترین اهداف برگزاری این کنگره است.

ضمن آن که با توجه به این که متخصصان در سراسر جهان هنوز در زمینه تازه‌های درمان و تشخیص بیماری سرطان سینه در حوزه‌های شیمی‌درمانی، رادیوتراپی و برداشت غدد لنفاوی زیربغل، به توافق نرسیده‌اند، در کنگره چهارم این مباحث مورد گفت‌وگو و بحث و بررسی قرار می‌گیرد.

برای آن که بیشتر با این سرطان و دلایل ابتلا به آن آشنا شویم، سراغ دکتر احمد کاویانی، رییس بیمارستان امام خمینی و دبیر علمی چهارمین کنگره سراسری سرطان سینه، رفتیم.

به طور کلی دلایل اصلی ابتلا به سرطان سینه را در چه مواردی می‌دانید؟

سرطان سینه علت شناخته‌شده‌ای ندارد بلکه می‌توان عوامل خطر متعددی را برای آن تعیین کرد که مهم‌ترین آنها شامل افزایش سن، سابقه خانوادگی مثبت، ابتلای یک سینه به سرطان، ابتلا به برخی بیماری‌ها، چاقی بعد از یائسگی، مصرف یکسری داروهای هورمونی، عدم بارداری و شیردهی می‌شوند که به ترتیب بیشترین احتمال بروز این نوع سرطان را در فرد دارند.

همچنین برخی سرطان‌ها مانند سرطان تخمدان و روده بزرگ نیز خطر بروز این بیماری را افزایش می‌دهند. از طرفی دیگر در بیماری‌هایی که نیاز به اشعه درمانی وجود دارد اگر این اشعه‌ها به بافت سینه زیاد برخورد کند، خطر ابتلا افزایش می‌یابد.

در این میان باید گفت به طور کلی تحقیقات روی نقش تغذیه و خطر ابتلا به این بیماری مشکل است. اما باید گفت چاقی، دریافت نیترات و وجود بیش از حد این ماده در بدن در بسیاری از بیماری‌ها از جمله شیوع سرطان دخالت دارند.

آیا نقشه‌ای از میزان پراکندگی این نوع سرطان در کشور وجود دارد؟ گفته می‌شود مثلاً سرطان مری در خطه شمال کشور از شرق دریای خزر تا غرب آن و مناطق کوهستانی زاگرس شیوع فراوانی دارد.

تبیین نقشه جغرافیایی برای همه بیماری‌ها صادق نیست و سرطان سینه از جمله بیماری‌هایی است که در اغلب مناطق جغرافیایی یکسان است و نمی‌توان گفت در مناطق خاصی از کشور این بیماری شایع‌تر است.

براساس آماری که در خبرها اعلام شده، تعداد موارد جدید تشخیص داده شده به سرطان سینه در جهان از 641 هزار نفر در سال 1359 به بیش از یک میلیون و 600 هزار مبتلا در سال گذشته افزایش داشته است. دلیل اصلی این موضوع را در چه می‌دانید؟

بله، اما از طرفی دیگر هم رشد جمعیت بسیار بالا بوده است که از این‌رو باید رشد مبتلایان به سرطان سینه را در جمعیت فعلی نسبت به سال 1359 خورشیدی در نظر بگیریم. به طور کلی تغییر شیوه زندگی، تبدیل زندگی سنتی به مدرن، افزایش شهرنشینی، زندگی صنعتی، افزایش طول عمر و امید به زندگی در افراد موجب شده که افراد عمر طولانی‌تری داشته باشند و به این ترتیب با بالا رفتن عمر، افراد ممکن است به بیماری‌های مختلف از جمله انواع سرطان نیز دچار شوند.

از طرف دیگر عنوان می‌شود که براساس بررسی‌های 30 ساله بین‌المللی، سرطان سینه در زنان 15 تا 49 ساله کشورهای در حال توسعه شیوع بیشتری داشته است، اما چرا زنان در این محدوده سنی و چرا در کشورهای در حال توسعه بیشتر به این سرطان مبتلا می‌شوند؟

البته باید گفت برخی از متخصصان داخلی آمار شیوع سرطان سینه را در کشور کاملاً رد می‌کنند و برخی قبول دارند. می‌توان گفت در کشورهای در حال توسعه روند صنعتی شدن و تبدیل زندگی سنتی به مدرنیته دیرتر اتفاق افتاده است که همین تأخیر باعث تند شدن تبعات زندگی صنعتی و شیوع ابتلا به این بیماری شده است.

درست است که میزان شیوع این بیماری زیاد شده است، اما این افزایش در راستای افزایش جمعیت کشورها قرار دارد و از سوی دیگر باید به نسبت آمار مرگ و میر اشاره کرد که ثابت مانده است. این موضوع نشان از کیفیت درمان و تشخیص بموقع دارد.

گفته می‌شود کیفیت درمان سرطان سینه در ایران هم‌ردیف کشورهای پیشرفته غربی است، اما از طرفی دیگر با وجود آن که در کشورهای دیگر بافت سینه تخلیه نمی‌شود و تا حد امکان حفظ می‌شود بسیاری معتقدند در کشور ما به دلیل نداشتن امکانات و فناوری‌های دقیق، پزشکان سعی می‌کنند از همان ابتدا و برای اطمینان کل منطقه را پاکسازی کنند.

نکته: چاقی، کم‌تحركی و سیگار کشیدن از جمله مواردی است که باعث بروز انواع بیماری‌ها از جمله سرطان سینه می‌شود. در کنار این عوامل تغییر رژیم غذایی و روی آوردن به غذاهای آماده و پرچرب نیز در بروز انواع سرطان‌ها موثر است. متأسفانه در غربالگری، تشخیص زودهنگام و انجام درمان‌های تیمی در کشور ضعف‌های زیادی وجود دارد. بیماران مبتلا به سرطان سینه معمولاً در مراحل بالایی بیماری تشخیص داده می‌شوند که تغییر در این مساله نیازمند برنامه‌ریزی‌های کلان در سطح کشوری است، اما در حوزه درمان تیمی کم‌کاری متوجه پزشکان است.

در واقع باید گفت کمیت درمان سرطان در ایران با کشورهای غربی برابری می‌کند، اما آنچه در کشورهای پیشرفته مطرح و عملی می‌شود حمایت سازمان‌های بیمه‌گر از درمان‌های تکمیلی مانند جراحی پلاستیک، بازسازی سینه و غیره است که در ایران بیمه‌ها تنها مراحل اولیه درمان را حمایت می‌کنند. همچنین در کشورهای پیشرفته به دلیل سیستم قوی غربالگری و بیماریابی که وجود دارد بیماری در مراحل اولیه تشخیص داده می‌شود که این امر در کیفیت درمان تأثیر می‌گذارد و بهبود بیماری را تسریع می‌بخشد.

درباره شرایط درمانی کشورمان هم باید گفت در تهران و بسیاری از شهرستان‌ها و مراکز استان‌ها، کیفیت خدمات درمانی مطلوب است، اما به علت بعد مسافت و کمبود امکانات، تجهیز همه بیمارستان‌های کشور و استفاده آنها از درمان‌های جدید، پروسه‌ای زمانبر خواهد بود. نباید فراموش کنیم که روند توسعه تجهیزات زمان‌بر است، همان‌گونه که 20 سال پیش در بسیاری از شهرهای ما اتاق عمل وجود نداشت، اما در حال حاضر اغلب شهرهای کشور دارای اتاق‌های عمل هستند.

آیا شما با این موضوع که سونامی سرطان در تهران در راه است موافقت می‌کنید؟

سونامی سرطان را باید آمارها نشان دهد. این موضوع بیشتر شبیه شایعات عمومی است و موضوعی نیست که تحقیقات و نتایج بررسی‌های جامع آن را نشان داده باشد. تأیید این موضوع نیازمند کار علمی و براساس شواهد است و هیچ مرکز علمی تاکنون به این نتیجه نرسیده است.

گفته می‌شود تغییر سبک زندگی از مهم‌ترین عوامل ابتلا به سرطان سینه است. اما چه تغییراتی باعث بروز این بیماری می‌شوند؟

چاقی، کم‌تحركی و سیگار کشیدن از جمله مواردی هستند که باعث بروز انواع بیماری‌ها از جمله سرطان سینه می‌شوند. در کنار این عوامل تغییر رژیم غذایی و روی آوردن به غذاهای آماده و پرچرب نیز در بروز انواع سرطان‌ها موثر است.

برای پیشگیری از بروز این نوع سرطان چه توصیه‌های کلی به افراد دارید؟

استفاده از غذاهای سالم، هوای سالم، ورزش کردن، پرهیز از استرس، رعایت روش‌های زندگی سالم و انجام معاینات منظم دوره‌ای برای تشخیص زودرس را توصیه می‌کنم. چرا که آگاهی برای یک درمان موفق و تشخیص زودرس بسیار مهم است و بی‌دلیل نیست که در سرطان سینه بیشترین سهم را آگاهی دارد و زنان باید متوجه باشند که در عین سلامتی هم بیماری می‌تواند به سراغ آنها بیاید.

آن طور که در نشست خبری چهارمین کنگره سراسری سرطان سینه عنوان شد، 20 درصد موارد ابتلا به سرطان سینه ریشه در ژن‌ها دارد، برای افرادی که اقوام درجه یک مبتلا به سرطان سینه دارند، چه روش‌هایی را به عنوان راهکار پیشنهاد می‌دهید؟

بله، حدود 20 درصد احتمال ابتلا به سرطان ریشه در ژن‌ها دارد که با استفاده از بررسی‌های ژنتیکی و بررسی سابقه فAMILI می‌توان آن را تایید کرد. در صورت تایید جهش ژنی حتما درمان بر پیشگیری مقدم می‌شود. در چنین شرایطی توسط متخصصان سلولي این جهش ژنی تایید و مراحل بعدی طی می‌شود. در مراحل بعدی نیز از روش‌هایی نظیر جراحی و دارو درمانی برای این کار استفاده می‌شود.

اگر طی آزمایش‌ها مشخص شود فردی دارای ژن BRCA باشد تا پایان عمر احتمال دارد تا 95 درصد مبتلا به سرطان سینه شود که پیگیری‌های مکرر برای تشخیص زودهنگام در این فرد ضروری است.

با وجود شرایط حاضر، وضعیت سلامت جوامع شهری ایران و جهان را درخصوص میزان ابتلا به سرطان سینه چگونه می‌بینید؟

مطمئنأ به نسبت جمعیت تعداد بیماران بیشتر خواهد شد و در واقع با توجه به رشد جمعیت در کشور به همان نسبت شاهد افزایش بیماری خواهیم بود و با توجه به آنچه قبلا هم اشاره کردم و نظر به افزایش امید به زندگی موج بیماری در کهنسالی و میانسالی شایع‌تر خواهد بود.

به اعتقاد شما آیا در آینده نزدیک می‌توان به درمان کامل سرطان سینه امیدوار بود؟

همه تخصص‌های مشترک در درمان سرطان مانند رادیولوژی، جراحی و... پیشرفت زیادی کرده‌اند که همین مساله نتایج درمان را بهبود می‌بخشند.

همچنین نتایج بررسی 30 ساله در جهان نشان داده است با وجود افزایش آمار مبتلایان به سرطان میزان مرگ و میر ناشی از این بیماری‌ها ثابت مانده است که نشان‌دهنده بهبود در کمیت و روند درمان این بیماری است.

بهاره صفوی - گروه دانش