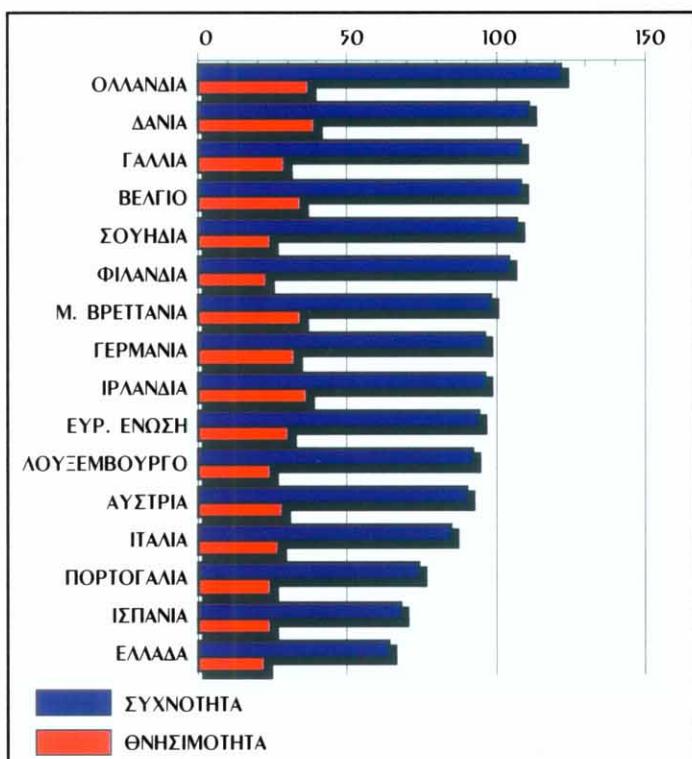


Ο ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΤΟΥ ΜΑΣΤΟΥ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ

Η Ελλάδα έχει τη χαμηλότερη συχνότητα καρκίνου μαστού σε σύγκριση με τις υπόλοιπες ευρωπαϊκές χώρες. Αυτό πιθανόν να οφείλεται στο γεγονός ότι ο παραδοσιακός τρόπος ζωής και διατροφής των Ελληνίδων, παρά τις σοβαρές αλλαγές προς το χειρότερο τις τελευταίες δεκαετίες, είναι καλύτερος απ' αυτών των γυναικών των υπολοίπων ευρωπαϊκών χωρών. Η πολύ μεγαλύτερη συχνότητα καρκίνου μαστού στις βόρειες ευρωπαϊκές χώρες, αποδίδεται εν μέρει στην εγκαιρότερη διάγνωση της νόσου με ευρείας εκτάσεως ανιχνευτικά προγράμματα¹.

Στην καλύτερη ιατρική περίδαλψη στις βόρειες ευρωπαϊκές χώρες αποδίδεται το ότι οι δείκτες δνησιμότητας από καρκίνο μαστού δεν διαφέρουν πολύ από αυτούς της χώρας μας, παρά το γεγονός ότι έχουν πολύ υψηλότερη συχνότητα καρκίνου.

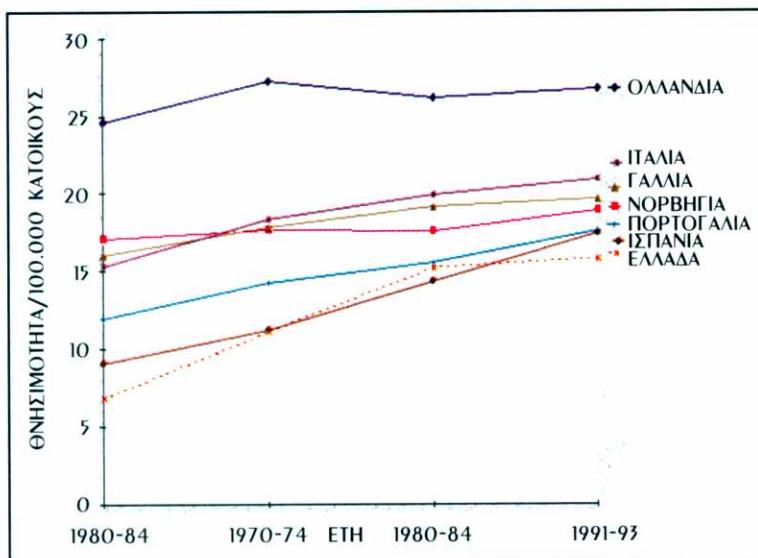


ΜΕΤΑΒΟΛΗ ΤΗΣ ΘΝΗΣΙΜΟΤΗΤΑΣ ΑΠΟ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ ΣΕ 7 ΧΩΡΕΣ ΤΗΣ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΤΑ ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ 30 ΧΡΟΝΙΑ

Ενώ ο δεικτής δημητρίεταις από τον καρκίνο του μαστού ήταν χαμηλότερος στη χώρα μας σε σύγκριση με της Ευρωπαϊκής Ένωσης, έχει σχεδόν τριπλασιασθεί τις τελευταίες τέσσερις δεκαετίες². Η αύξηση αυτή αποδίδεται σε περιβαλλοντικούς παράγοντες αφού το γενετικό υλικό παραμένει αμετάβλητο.

Οι σπουδαιότεροι περιβαλλοντικοί παράγοντες που φαίνεται να σχετίζονται με την αυξανόμενη συχνότητα του καρκίνου μαστού είναι:

- ✓ Έλλειψη δηλασμού (λιγότερες από το 10% των μητέρων δηλάζουν για περισσότερους από 4 μήνες και η συνολική διάρκεια δηλασμού έχει ελαττωθεί, καθότι ελαττώθηκε δραματικά ο αριθμός των παιδιών ανά μητέρα).
- ✓ Αυξημένο βάρος ή εξαιρετικά αυξημένο (παχυσαρκία), σε μεγάλο ποσοστό γυναικών.
- ✓ Έλλειψη σωματικής άσκησης.
- ✓ Μεγάλο ποσοστό γυναικών χωρίς σωματική άσκηση.
- ✓ Αύξηση του ποσοστού της ενέργειας από κορεσμένο λίπος (κυρίως από κρέας και προϊόντα κρέατος).
- ✓ Ελάττωση της χρήσης ελαιολάδου, βοσπριών, λαχανικών, φρούτων και ξηρών καρπών.

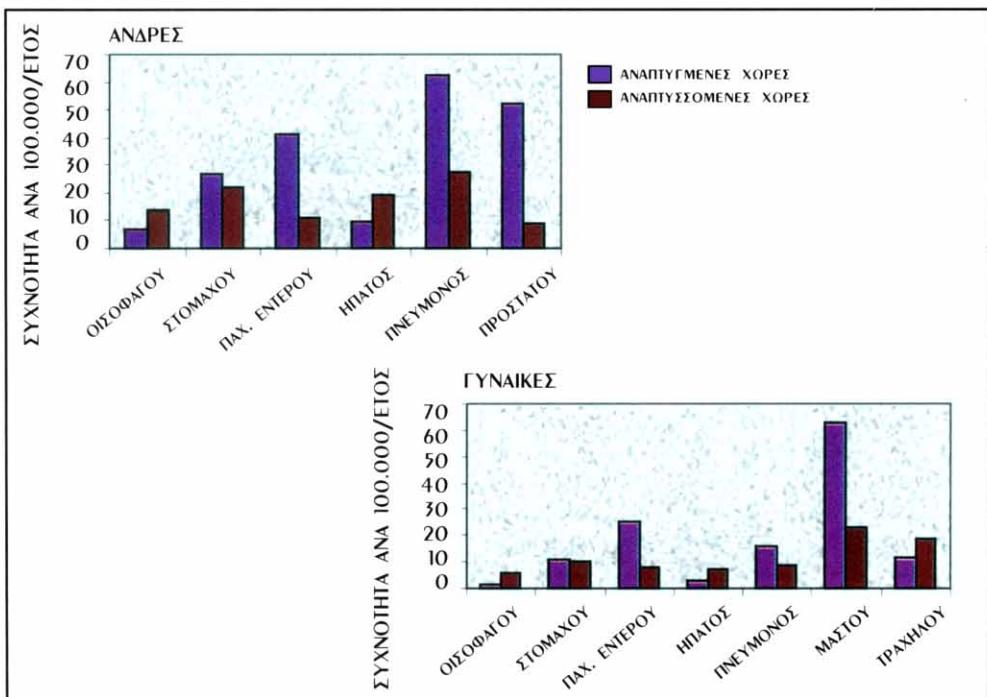


World health Statistics, WHO, 1996 (2)

ΣΥΧΝΟΤΕΡΟΙ ΚΑΡΚΙΝΟΙ ΣΕ ΑΝΑΠΤΥΓΜΕΝΕΣ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΣΟΜΕΝΕΣ ΧΩΡΕΣ

Οι συχνότεροι καρκίνοι στις γυναίκες των αναπτυγμένων και αναπτυσσόμενων χωρών είναι: του μαστού, του παχέος εντέρου, του πνεύμονα και του τραχήλου της μήτρας.

Η πολύ υψηλότερη συχνότητα καρκίνου μαστού, παχέος εντέρου και πνευμόνων στις γυναίκες των αναπτυγμένων χωρών σε σύγκριση με τις αναπτυσσόμενες αποδίδεται στο σύγχρονο τρόπο ζωής και διατροφής. Αντίδετα, οι μεγαλύτερες συχνότητες καρκίνου τραχήλου μήτρας, ήπατος και οισοφάγου στις αναπτυσσόμενες χώρες σχετίζεται με άσχημες περιβαλλοντικές συνθήκες, συχνότερες λοιμώξεις (ιοί ηπατίτιδας και papilomatous, ανεπάρκεια ριβοφλαβίνης). Ανάλογη είναι η κατάσταση στους άνδρες με πρώτο τον καρκίνο του πνεύμονα. Ακολουθεί ο καρκίνος του προστάτη και του παχέος εντέρου.

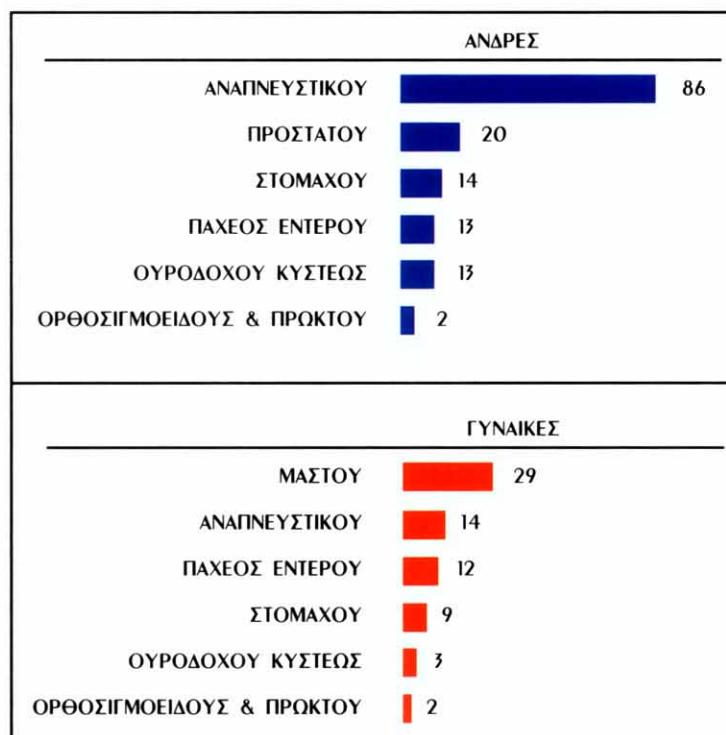


Lancet 360; 861, 2002 (3)

ΘΑΝΑΤΟΙ ΑΠΟ ΚΑΡΚΙΝΟΥΣ ΣΕ 100.000 ΠΛΗΘΥΣΜΟ ΠΟΥ ΉΤΑΝ ΤΑ ΠΡΩΤΑ ΑΙΤΙΑ ΘΑΝΑΤΟΥ ΓΙΑ ΑΝΔΡΕΣ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΤΟ 1994 ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Η πολύ μεγάλη διαφορά στο δείκτη δημόσιτης από τον πρώτο καρκίνο στους άνδρες (αναπνευστικού) σε σύγκριση με τον πρώτο στις γυναίκες (μαστού) τονίζει το γεγονός ότι το κάπνισμα αποτελεί σήμερα το μεγαλύτερο πρόβλημα δημόσιας υγείας στη χώρα μας, όπως και παγκοσμίως. Εκτός φυσικά από την πείνα που στις αναπτυσσόμενες χώρες του κόσμου είναι το πρώτο αίτιο δανάτου, με περίπου 11 εκατομμύρια παιδιά να πεδαίνουν ετησίως από συνέργεια υποσιτισμού και λοιμώξεων πριν από την ηλικία των 5 χρόνων.

Σήμερα σε αρκετές αναπτυγμένες χώρες η συχνότητα του καρκίνου του αναπνευστικού στις γυναίκες έχει υπερβεί εκείνη του μαστού. Σ' αυτό έχουν συμβάλει αποτελεσματικά οι βιομηχανίες καπνού που απευθύνουν την εξαιρετικά μελετημένη διαφημιστική τους εκστρατεία ειδικά στις γυναίκες και τα παιδιά.

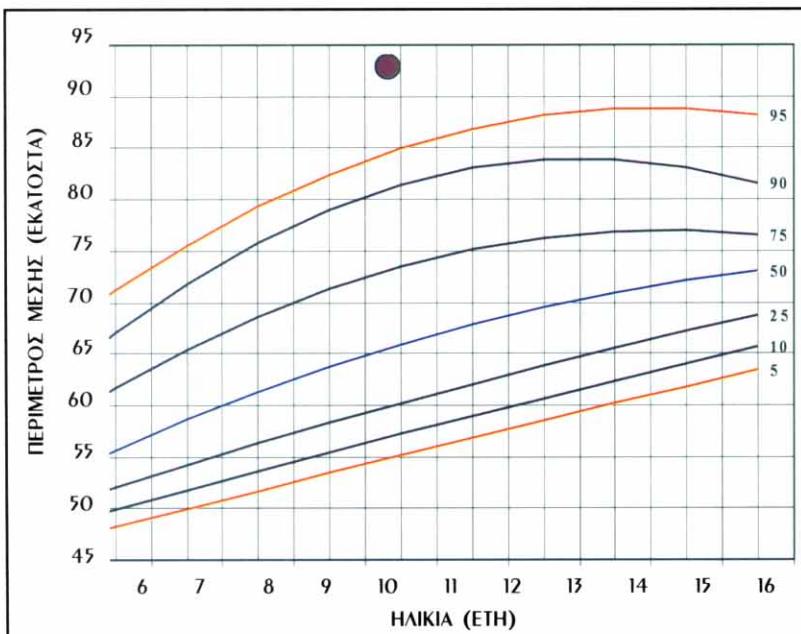


Τα τελευταία χρόνια οι βιομηχανίες καπνού καταβάλλουν τεράστια ποσά μετά από μηνύσεις ατόμων που έχουν νοσήσει από καρκίνους που σχετίζονται με το κάπνισμα. Επίσης κυβερνήσεις αναπτυγμένων χωρών μήνυσαν τις βιομηχανίες καπνού για την πολύ μεγάλη επιβάρυνση του συστήματος υγείας απ' αυτά τα νοσήματα. Γι' αυτό οι καπνοβιομηχανίες έχουν εστιάσει τη διαφημιστική τους εκστρατεία στις αναπτυσσόμενες χώρες, όπου δεν κινδυνεύουν από τέτοιες μηνύσεις, με ιδιαίτερο στόχο τις γυναίκες και τα παιδιά. Μεταξύ αυτών των χωρών συγκαταλέγεται και η Ελλάδα όπου εντυπωσιακές αφίσεις με παραπλανητικά μηνύματα για το κάπνισμα τοποθετούνται σε κεντρικά σημεία σε δλη τη χώρα, ακόμη και στα μέσα μαζικής μεταφοράς του δημοσίου, οι οποίες επιπλέον αλλάζουν πολύ συχνά.

ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ (ΠΑΡΑΓΟΝΤΑΣ ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΓΙΑ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ ΚΑΙ ΕΝΔΟΜΗΤΡΙΟΥ)

Η παχυσαρκία αποτελεί σήμερα για τη χώρα μας το δεύτερο σοβαρότερο πρόβλημα δημόσιας υγείας μετά από το κάπνισμα.

Ιδιαίτερα η παχυσαρκία που αρχίζει από την παιδική και εφηβική ηλικία αποτελεί σοβαρότατο παράγοντα κινδύνου για πολλά χρόνια νοσήματα, συμπεριλαμβανομένων ορισμένων μορφών καρκίνου όπως του ενδομητρίου και του μαστού. Ο σακχαρώδης διαβήτης εύπου 2 αρχίζει να εμφανίζεται



Reference: Παιδιατρική 1999, 62: 371-378