

ترشی‌ها، متهم ردیف اول ابتلا به سرطان معده

13 بهمن 1403

یک متخصص داخلی و رییس بیمارستان سینا فرشچیان همدان اظهار کرد: ژنتیک و سابقه خانوادگی نقش مهمی در بروز سرطان معده دارند، همچنین افرادی که در کنار غذا از ترشی استفاده می‌کنند، بیشتر در معرض خطر قرار دارند.

دکتر مهدی رضوان، بیان کرد: این بیماری از نظر ابتلا، آمار زیادی را به خود اختصاص داده و یکی از شایع‌ترین سرطان‌ها در میان مردان است.

متخصص بیماری‌های داخلی تصریح کرد: در برخی استان‌های کشور به دلیل تفاوت در سبک غذایی و مصرف زیاد ترشی‌جات، غذاهای دودی مانند ماهی و برنج دودی، میزان شیوع سرطان معده بیش از دو برابر استان‌های دیگر است.

وی تأکید کرد: عوامل متعددی مانند عادات غذایی، شیوه پیشگیری از بیماری‌ها، مراقبت‌های بهداشتی و دسترسی به خدمات درمانی نقش مؤثری در ابتلا به سرطان معده دارند.

این متخصص داخلی عنوان کرد: ژنتیک و سابقه خانوادگی نقش مهمی در بروز این بیماری دارند، همچنین افرادی که در کنار غذا از ترشی استفاده می‌کنند، بیشتر در معرض خطر قرار دارند.

رضوان با اشاره به عوامل خطرزا، افزود: مصرف الکل، مواد غذایی کپک‌زده، غذاهای فرآوری‌شده، فست و فودها به ویژه هات داگ، شوربجات و استعمال دخانیات از دیگر ریسک فاکتورهای ابتلا به سرطان معده محسوب می‌شوند.

وی هشدار داد: برخی افراد بخش کپک‌زده مواد غذایی مانند مربا یا ترشی را جدا کرده و باقی آن را مصرف می‌کنند که این اقدام نادرست است و مواد غذایی کپک‌زده باید به طور کامل دور ریخته شود.

رییس بیمارستان سینا فرشچیان همدان تأکید کرد: به دلیل وسعت آناتومی معده، سرطان معمولاً در مراحل اولیه علائمی بروز نمی‌دهد. با این حال، علائم اولیه بیماری ممکن است شامل نفخ و درد شکمی باشد. اگر بیماری در مراحل اولیه تشخیص داده شود، به طور کامل قابل درمان است.



رضوان با اشاره به علائم خطر این بیماری، افزود: درد و نفخ شکمی که مقاوم به درمان باشد، سیری زودرس، کم‌خونی غیرمنتظره به ویژه در مردان یا زنان خارج از دوران بارداری و عادت‌ماهانه، کاهش وزن شدید، تهوع و استفراغ مقاوم به درمان، خون در استفراغ یا مدفوع، از جمله نشانه‌هایی هستند که باید جدی گرفته شوند.

وی پیشنهاد کرد: افراد بالای ۶۰ سال هر ۱۰ سال یک بار کولونوسکوپی انجام دهند و افراد بالای ۴۵ سال در صورت بروز علائم، حتما آندوسکوپی شوند.

این متخصص بیماری‌های داخلی تصریح کرد: استرس می‌تواند با تضعیف سیستم ایمنی در ابتلا به سرطان معده مؤثر باشد، اما اصلاح سبک غذایی، عدم مصرف فست‌فود و دخانیات و دسترسی به خدمات بهداشتی مناسب می‌تواند خطر ابتلا را کاهش دهد.

رضوان توصیه کرد: برای پیشگیری از بیماری‌های گوارشی و سرطان معده، بهتر است آبمیوه‌های تازه، لیموترش و نارنج جایگزین ترشی‌جات شوند.