

رژیم غذایی سالم ؛ راهکار طلایی کنترل بیماری پروستات

یک مطالعه جدید نشان می‌دهد که یک رژیم غذایی سالم می‌تواند به کنترل سرطان پروستات کمک کند.

محققان گزارش دادند که هر چه مرد بهتر غذا بخورد، احتمال اینکه سرطان پروستات درجه پایین او به حالت خطرناک‌تری پیشرفت کند، کمتر می‌شود.

مهر به نقل از مدیسین نت نوشت: نتایج نشان می‌دهد به ازای هر افزایش ۱۲.۵ امتیازی در مقیاس صفر تا ۱۰۰ تغذیه سالم، مردان ۱۵ درصد کمتر احتمال دارد که سرطان پروستات درجه ۱ به حداقل درجه ۲ برساند و ۳۰ درصد کمتر احتمال دارد که به درجه ۳ یا بالاتر از ۳ برسد.

دکتر «کریستین پاولوویچ»، یکی از محققین ارشد و استاد انکولوژی اورولوژی در دانشگاه جان هاپکینز مریلند، گفت: «در حالی که مطالعات قبلی در مورد رژیم غذایی و ارتباط آن با سرطان پروستات انجام شده است، ما معتقدیم که ما اولین شواهد آماری قابل توجهی ارائه می‌دهیم که رژیم غذایی سالم با کاهش خطر پیشرفت سرطان پروستات به گروه‌های درجه بالاتر مرتبط است.»

برای این مطالعه، محققان داده‌های ۸۸۶ مرد مبتلا به سرطان پروستات درجه ۱ را بین ژانویه ۲۰۰۵ تا فوریه ۲۰۱۷ ردیابی کردند.

همه مردان یک پرسشنامه رژیم غذایی را تکمیل کردند و محققان امتیاز شاخص تغذیه سالم را برای هر بیمار بر اساس پاسخ او محاسبه کردند.

پاولوویچ افزود: «ما بررسی کردیم که آیا مردانی که رژیم غذایی با کیفیت بالاتری دارند کمتر احتمال دارد در سال‌های بعد مجدداً درجه بالاتر سرطان پروستات را تجربه کنند یا خیر.»

به گفته محققان، پس از میانگین ۶.۵ سال پیگیری، حدود ۲۱ درصد از مردان پیشرفت سرطان شأن به درجه ۲ یا بالاتر و ۶ درصد به درجه ۳ یا بالاتر رسیده بود.

محققان دریافتند کسانی که بهتر غذا می‌خورند کمتر احتمال دارد سرطان نشان به درجه خطرناک‌تری برسد.

به گفته محققان، یافته‌ها نشان می‌دهد کاهش التهاب ناشی از رژیم غذایی سالم‌تر می‌تواند یکی از دلایل عدم پیشرفت برخی سرطان‌های پروستات باشد.

پاولوویچ گفت: «با این حال، برای تأیید واقعی ارتباط بین رژیم غذایی با کیفیت بالاتر و کاهش خطر پیشرفت سرطان پروستات، مطالعات آینده با جمعیت‌های متنوع‌تر مورد نیاز است.»