استرس و غم باعث ابتلا به سرطان نمی‌شوند

28 فروردین 1405

یک مطالعه بین‌المللی گسترده، نظریه ابتلا به بیماری سرطان بر اساس غم و استرس را رد کرده و نشان داده است که وضعیت روحی فرد، ارتباط بسیار کمی با ابتلا به این بیماری دارد.

این تحقیق، داده‌های یک کنسرسیوم تحقیقاتی بین‌المللی را که توسط انجمن سرطان هلند تأمین مالی شده بود، تجزیه و تحلیل کرد. این تجزیه و تحلیل شامل داده‌های ۴۲۱,۷۹۹ نفر در هلند، بریتانیا، نروژ و کانادا بود.

دانشمندان بررسی کردند که آیا عواملی مانند روان‌رنجوری، حمایت اجتماعی، پریشانی عمومی و وضعیت رابطه یا از دست دادن شریک زندگی، که در یک نقطه واحد از زندگی شرکت‌کنندگان اندازه‌گیری شده بود، بر ابتلای نهایی آنها به سرطان تأثیر می‌گذارد یا خیر.

پس از یک پیگیری ۱۵ ساله، نتایج واضح بود: هیچ مدرکی مبنی بر افزایش خطر کلی سرطان توسط عوامل روانی–اجتماعی وجود نداشت.

به طور خاص، این مطالعه هیچ ارتباط مستقیمی بین وضعیت روحی فرد و احتمال ابتلا به سرطان سینه، پروستات یا روده بزرگ پیدا نکرد.

«لونکه ون توئیل»، نویسنده اصلی این مقاله از مرکز پزشکی دانشگاه گرونینگن در هلند، گفت: «کنسرسیوم عوامل روانی–اجتماعی و سرطان (PSY-CA) سال‌های گذشته را صرف تحقیق در مورد یک باور رایج کرده است مبنی بر اینکه سلامت روان ضعیف یا سایر عوامل استرس‌زای روانی–اجتماعی بالقوه می‌توانند خطر ابتلا به سرطان را افزایش دهند.»

او در یک بیانیه خبری افزود: «یافته‌های ما از این تصور پشتیبانی نمی‌کند.»

این مطالعه در ابتدا افزایش اندکی در خطر ابتلا به سرطان ریه را در بین افرادی که احساس تنهایی می‌کردند یا اخیراً دچار فقدان شده بودند، نشان داد.

اما وقتی محققان عوامل خطر شناخته شده– مانند اینکه آیا فرد سیگار می‌کشید یا سابقه خانوادگی سرطان داشت– را در نظر گرفتند، این ارتباط تقریباً به طور کامل ناپدید شد.

محققان نتیجه گرفتند که اگرچه خود استرس باعث سرطانی شدن سلول‌ها نمی‌شود، اما نحوه واکنش افراد به استرس می‌تواند موجب شود.

افرادی که دوران سختی را پشت سر می‌گذارند، ممکن است بیشتر احتمال داشته باشد که سیگار بکشند یا بد غذا بخورند، که محرک‌های واقعی خطر ابتلا به سرطان هستند.

اگرچه حفظ سلامت روان برای کیفیت زندگی و بهبودی از بیماری حیاتی است، اما این مطالعه نشان داد که در وهله اول، سپر اصلی در برابر ابتلا به سرطان نیست.