

# عوامل افزایش سرطان پستان

▪ عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی و بنیانگذار پویش ملی پیشگیری از سرطان پستان با بیان اینکه علل افزایش سرطان پستان به دو دسته «تغییرپذیر» و «تغییرناپذیر» تقسیم میشوند، اظهار کرد: سرطان پستان با کم‌ترکی ارتباط دارد؛ هرچقدر میزان فعالیت بدنی کمتر باشد احتمال ابتلا به سرطان پستان افزایش می‌یابد. همچنین استعمال دخانیات و مصرف نوشیدنی‌های الکلی بر سرطان پستان اثرگذار هستند.

دکتر علی مطلق با بیان اینکه سرطان پستان شایع‌ترین سرطان در میان زنان جهان است، اظهار کرد: سرطان پستان نه تنها شایع‌ترین سرطان در میان زنان جهان است، بلکه شایع‌ترین سرطان در زنان ایرانی نیز محسوب می‌شود؛ به طوری که یک زن ایرانی در هر ۲۰ دقیقه به سرطان پستان مبتلا می‌شود.

وی با بیان اینکه علل متعددی سبب افزایش سرطان پستان میشوند، افزود: علل افزایش سرطان پستان به دو دسته «تغییرپذیر» و «تغییرناپذیر» تقسیم میشوند. یائسگی دیررس جزو موارد تغییرناپذیر علل افزایش سرطان است.

رئیس اسبق اداره سرطان وزارت بهداشت ادامه داد: مسائل مهم‌تری که در سرطان پستان نقش جدی دارند، جزو علل تغییرپذیر هستند. سرطان پستان با کم‌ترکی ارتباط دارد؛ هرچقدر میزان فعالیت بدنی کمتر باشد احتمال ابتلا به سرطان پستان افزایش می‌یابد. همچنین استعمال دخانیات و مصرف نوشیدنی‌های الکلی بر سرطان پستان اثرگذار هستند.

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان اینکه «تغذیه» از دیگر علل قابل‌تغییر ابتلا به سرطان پستان است، خاطرنشان کرد: پدیده چاقی و اضافه‌وزن جزو موارد قابل‌تغییر علل ابتلا به سرطان هستند. با توجه به علل قابل‌تغییر ابتلا به سرطان پستان، افرادی که اضافه‌وزن دارند، کسانی که از الگوی غذایی سالم پیروی نمی‌کنند و مصرف‌کنندگان نوشیدنی‌های الکلی و دخانیات، نسبت به دیگران به میزان بیشتری در معرض سرطان پستان قرار دارند.

رئیس اسبق اداره سرطان وزارت بهداشت درباره روش‌های پیشگیری از سرطان پستان خاطرنشان کرد: تغییر عادات غذایی مانند استفاده

بیشتر از میوه و سبزیجات، کاهش مصرف غذاهای فرآوری شده و غذاهای سرخ‌شده، تنظیم میزان کالری دریافتی در پیشگیری از سرطان پستان نقش دارند.

## وضعیت شیوع سرطان پستان

وی با بیان اینکه اگر بخواهیم درباره وضعیت یک بیماری سخن بگوییم باید به «بروز» و «شیوع» آن اشاره کنیم، گفت: هنگامی که از شیوع یک بیماری سخن به میان می‌آید، منظور تمام افرادی هستند که در طول تاریخ به یک بیماری خاص مبتلا می‌شوند. محاسبه شیوع یک بیماری، کار چندان راحتی نیست؛ چرا که نیازمند دسترسی به آمار و ارقام آن بیماری در طول تاریخ است.

عضو هیات‌علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی درباره بروز سرطان پستان در کشور گفت: منظور از بروز بیماری، تعداد موارد جدید بیماری است. بررسی‌ها بیانگر این است که میزان بروز سرطان پستان طی ۲۰ سال گذشته افزایش یافته و پیش‌بینی‌ها حاکی از این است که این بیماری در ۲۰ سال آینده نیز افزایش می‌یابد.

رئیس اسبق اداره سرطان وزارت بهداشت با اشاره به افزایش بروز سرطان طی یک یا دو دهه آینده توضیح داد: افزایش سن جمعیت، یکی از دلایل اصلی افزایش بروز سرطان پستان طی یک یا دو دهه آینده است. به عبارت دیگر، افزایش سن، سبب احتمال افزایش بروز سرطان پستان نیز می‌شود.