

Ακριτίδου Ηλέκτρα , Ιατρός ΩΡΛ, Λάρισα



Μπατζακάκης Δημήτριος, Ιατρός, Επ. Β' ΩΡΛ Γενικού Λάρισας

Στους επιθηλιακούς καρκίνους της κεφαλής και του τραχήλου περιλαμβάνονται οι καρκίνοι της στοματικής κοιλότητας, του φάρυγγα και του λάρυγγα και αποτελούν την έκτη κατά σειράν αιτία καρκινικής θνησιμότητας παγκοσμίως, προκαλώντας περισσότερους από 350.000 θανάτους ετησίως. Ἐπιδημιολογικές ἐρερευνες ἐχουν δείξει ὀτι οι πάσχοντες από κάποιο καρκίνο της κεφαλής και του τραχήλου έχουν έλλειψη βιταμίνης D
3. Η λήψη φρούτων και λαχανικών μπορεί να δράσει προστατευτική στη συχνότητα του καρκίνου της κεφαλής και του τραχήλου. Η υπόθεση αυτή ενισχύεται, τόσον από προοπτικές μελέτες του παρελθόντος, όσο και από ΄΄ερευνα σε μεγάλο αριθμό ατόμων [1] .

Ο Leitzmann et al (2008) ερεύνησαν τη σχέση μεταξύ της σωματικής δραστηριότητας και του καρκίνου της κεφαλής και του τραχήλου. Προς τούτο εξετάστηκε προοπτικά η σχέση μεταξύ της σωματικής δραστηριότητας και του καρκίνου της κεφαλής και του τραχήλου σε 487.732 άνδρες και γυναίκες οι οποίοι κατά το χρονικό διάστημα 1995-1996 ήταν 50-71 ετών χωρίς καρκίνο και χωρίς εμφύσημα. Η παρακολούθηση διήρκησε έως τις 31 Δεκεμβρίου του 2003.

Κατά τη διάρκεια της παρακολούθησης 1249 συμμετέχοντες ανέπτυξαν καρκίνο στην περιοχή της κεφαλής και του τραχήλου εκ των οποίων 42% ήταν στη στοματική κοιλότητα , 18.8% στο φάρυγγα και 32.5% στο λάρυγγα αντίστοιχα. Στις προσαρμοσμένες αναλύσεις για την ηλικία και το φύλο , ο σχετικός κίνδυνος (RR) για αυξημένη συχνότητα φυσικής δραστηριότητας (0, 5 φορές την εβδομάδα) ήταν 1.0 (αναφορά), 0.76, 0.66, 0.57, και 0.62 (95%CI=0.52-0.74).

Μετά από πολυπαραγοντική προσαρμογή, συμπεριλαμβάνοντας και το κάπνισμα η σχέση εξομαλύνθηκε και έγινε στατιστικά μη σημαντική (RR συγκρίνοντας ακραίες κατηγορίες σωματικής δραστηριότητας = 0.89,95% CI=0.74-1.06, P GIA). Στις αναλύσεις για τους υποτύπους του καρκίνου της κεφαλής και του τραχήλου ,τα αντίστοιχα RRs για τους καρκίνους στοματικής κοιλότητας , του φάρυγγα , και του λάρυγγα ήταν 0.98(95% CI=0.75-1.29), 0.70 (95% CI=0.45-1.08) και 0.82(95% CI=0.59-1.13), αναδρομικά.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ: Η λήψη φρούτων και λαχανικών περιορίζει τη συχνότητα των καρκίνων της κεφαλής και του τραχήλου. Η σωματική δραστηριότητα είναι απίθανο να παίζει σημαντικό ρόλο στην πρόληψη του καρκίνου της κεφαλής και του τραχήλου.

Βιβλιογραφία

1. Freedman ND, Park Y, Subar AF, Hollenbeck AR, Leitzmann MF, Schatzkin A, Abnet CC. Fruit and vegetable intake and head and neck cancer risk in a large United States prospective cohort study. Int J Cancer. 2008 May 15;122(10):2330-6.

2. Leitzmann MF, Koebnick C, Freedman ND, Park Y, Ballard-Barbash R, Hollenbeck AR, Schatzkin A, Abnet CC. Physical activity and head and neck cancer risk. Cancer Causes Control. 2008 Aug 15.