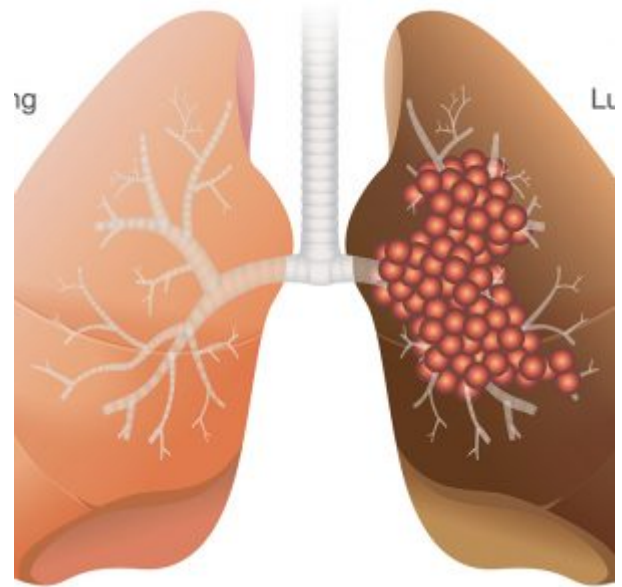


عوامل خطر سرطان ریه



عامل خطر هر چیزی است که احتمال ابتلا به بیماری مانند سرطان (مانند سرطان ریه) را افزایش دهد. سرطانهای مختلف عوامل خطر متفاوتی دارند. برخی از عوامل خطر مانند سیگار کشیدن قابل تغییر هستند. موارد دیگر، مانند سن یا سابقه خانوادگی شخص، قابل تغییر نیستند.

اما داشتن یک عامل خطر یا حتی چندین عامل به معنای ابتلا به این بیماری نیست. و برخی از افراد مبتلا به این بیماری ممکن است عوامل خطر شناخته شده کمی داشته و یا هیچ عامل شناخته شده ای نداشته باشند.

چندین عامل خطر می تواند شما را در معرض ابتلا به سرطان ریه قرار دهد. این عوامل به طور کلی با خطر ابتلا به سرطان ریه مرتبط هستند.

عوامل خطر سرطان ریه شامل:

• سیگار

سیگار کشیدن تا حد زیادی عامل اصلی سرطان ریه است. تصور می شود که حدود 80٪ از مرگ های ناشی از سرطان ریه از استعمال دخانیات باشد. خطر سرطان ریه در افراد سیگاری چند برابر بیشتر از افراد غیر سیگاری است.

• دود سیگار

تنفس در دود سیگار دیگران می تواند خطر ابتلا به سرطان ریه را افزایش دهد. تصور می شود که دود سیگار سالانه بیش از 7000 مرگ و میر ناشی از سرطان ریه ایجاد می کند.

• قرار گرفتن در معرض رادون

رادون یک گاز رادیواکتیو طبیعی است که از تجزیه اورانیوم در خاک و سنگ حاصل می شود. این گاز قابل چشیدن، بو کردن یا دیدن نیست. طبق بیان آژانس حفاظت از محیط زیست ایالات متحده (EPA)، رادون دومین علت اصلی سرطان ریه در این کشور است و علت اصلی در میان افراد غیر سیگاری است.

در فضای باز، رادون بسیار کمی وجود دارد که به احتمال زیاد خطرناک نیست. اما در داخل خانه، رادون می تواند غلظت بیشتری داشته باشد. این ممکن است خطر ابتلا به سرطان ریه در فرد را افزایش دهد.

• قرار گرفتن در معرض آزبست

افرادى که با آزبست کار می کنند (مانند معادن، کارخانه ها، مکان هایی که از عایق استفاده می شود و کارخانه های کشتی سازی) چندین برابر بیشتر در معرض خطر مرگ در اثر سرطان ریه هستند. خطر سرطان ریه در کارگران در معرض آزبست که سیگار می کشند نیز بسیار بیشتر است.

• قرار گرفتن در معرض عوامل دیگر ایجادکننده سرطان در محل کار

سایر عوامل سرطان زا (عوامل ایجاد کننده سرطان) که در برخی از محل های کار وجود دارد و می توانند خطر سرطان ریه را افزایش دهند عبارتند از:

1. سنگ معدن های رادیواکتیو مانند اورانیوم
2. مواد شیمیایی استنشاقی مانند آرسنیک، بریلیم، کادمیوم، سیلیس، وینیل کلراید، ترکیبات نیکل، ترکیبات کروم، محصولات

زغال سنگ، گاز خردل و کلرو متیل اترها
3. اگزوز دیزل

▪ مصرف مکمل های غذایی خاص

مطالعاتی که در مورد نقش احتمالی مکمل های ویتامین در کاهش خطر سرطان ریه انجام شده است نتایج ناامید کننده ای داشته است. در حقیقت مطالعات نشان داده که افراد سیگاری که از مکمل های بتا کاروتن استفاده می کردند، در واقع خطر سرطان ریه را افزایش می دهند. نتایج این مطالعات نشان می دهد که افراد سیگاری باید از مصرف مکمل های بتا کاروتن خودداری کنند.

▪ آرسنیک در آب آشامیدنی

مطالعات انجام شده بر روی افرادی در مناطقی از جنوب شرقی آسیا و آمریکای جنوبی که مقدار زیادی آرسنیک در آب آشامیدنی دارند، خطر ابتلا به سرطان ریه را بیشتر نشان داده است. در بیشتر این مطالعات ، میزان آرسنیک در آب چندین برابر بیشتر از موارد معمول در ایالات متحده بود.

▪ پرتودرمانی قبلی به ریه ها

افرادی که برای سایر سرطان ها پرتودرمانی کرده اند، بیشتر در معرض خطر سرطان ریه هستند به خصوص اگر سیگار مصرف نمایند.

▪ آلودگی هوا

به نظر می رسد در شهرها آلودگی هوا (به ویژه در مجاورت جاده های پرتردد) خطر ابتلا به سرطان ریه بیشتر است. این خطر بسیار کمتر از خطر ناشی از استعمال دخانیات است، اما برخی از محققان تخمین می زنند که در سراسر جهان حدود 5٪ از کل مرگ های ناشی از سرطان ریه ممکن است به دلیل آلودگی هوای خارج از منزل باشد.

سابقه شخصی یا خانوادگی سرطان ریه

برادران ، خواهران و فرزندان افرادی که به سرطان ریه مبتلا شده اند ممکن است خطر ابتلا به سرطان ریه در آنها بیشتر باشد، به خصوص اگر این خویشاوند در سنین پایین تر تشخیص داده شود.

به طور کل یک رژیم غذایی سالم همراه با مقدار زیادی میوه و سبزی ممکن است در کاهش خطر ابتلا به سرطان ریه کمک نماید. درست است که یک رژیم غذایی حاوی میوه و سبزیجات ممکن است به محافظت از افراد سیگاری و غیر سیگاری در برابر سرطان ریه کمک نماید، اما هرگونه تأثیر مثبت میوه ها و سبزیجات بر خطر ابتلا به سرطان ریه بسیار کمتر از افزایش خطر سیگار کشیدن است.

تهیه و ترجمه توسط خانم : زویا نجفی. ([آزمایشگاه ژنتیک پزشکی ژنوم اصفهان - مرکز تحقیقات سلولی، مولکولی و ژنتیک ژنوم - بخش R&D - واحد سرطان](#))