

PËRDORIMI I ALKOOLIT DHE KANCERI

Shumica e njerëzve e dinë se përdorimi i tepërt i alkoolit mund të shkaktojë probleme shëndetësore. Por shumë të tjerë mund të mos e dinë se përdorimi i tepërt i alkoolit gjithashtu mund të rrisë rrezikun e kancerit.

Kanceret e lidhura me përdorimin e alkoolit

Përdorimi i tepërt i alkoolit mund të shkaktojë kancerin e:

- Gojës
- Faringut (fytit)
- Laringut (kordat e zërit)
- Ezofagut
- Mëlçisë
- Zorrës së trashë dhe rektumit
- Gjirit

Alkooli mund të rrisë gjithashtu rrezikun e kancerit të pankreasit dhe stomakut.

Sa më shumë alkool të pini, aq më i lartë është rreziku për secilin prej këtyre kancereve.

Kanceri i gojës, fytit, laringut dhe i ezofagut. Përdorimi i alkoolit rrit dukshëm rrezikun e këtyre kancereve. Pirja e alkoolit dhe e duhanit së bashku rrisin rrezikun e këtyre kancereve edhe më shumë sesa pirja e tyre veç e veç. Kjo mund të ndodhë për shkak se alkooli mund të ndihmojë kimikatet e dëmshme në duhan të hyjnë brenda qelizave që e rregullojnë gojën, fytin dhe ezofagun. Alkooli gjithashtu mund të kufizojë mundësinë e këtyre qelizave për të riparuar dëmin e ADN-së së tyre të shkaktuar nga kimikatet në duhan.

Kanceri i mëlçisë. Përdorimi afatgjatë i alkoolit përbën një rrezik në rritje për kancerin e mëlçisë. Përdorimi i rregullt dhe i tepërt i alkoolit mund të dëmtojë mëlçinë, duke çuar në inflamacion dhe dhëmbëzim të saj (cirroza). Kjo mund të rrisë rrezikun e kancerit të mëlçisë.

Kanceri i rektumit dhe i zorrës së trashë. Përdorimi i tepërt i alkoolit përbën një rrezik më të lartë për kancerin e zorrës së trashë dhe rektumit. Dëshmia për këtë është përgjithësisht më e fortë te burrat sesa te gratë, por studimet kanë gjetur lidhjen në të dyja gjinitë.

Kanceri i gjirit. Edhe disa pije në javë lidhen me një rrezik në rritje të kancerit të gjirit te gratë. Ky rrezik mund të jetë veçanërisht i lartë në gratë që nuk marrin mjaft folate (një vitaminë B) në dietën e tyre ose nëpërmjet shtojcave. Alkooli mund të rrisë nivelet e estrogenit në trup, gjë që mund të shpjegojë rrezikun në rritje për kancer. Për shumë gra, ndërprerja e alkoolit mund të jetë një mënyrë e rëndësishme për të ulur rrezikun e kancerit të gjirit.

A ka rëndësi lloji i alkoolit?

Etanoli është lloji i alkoolit që gjendet në pijet alkoolike si birra, verërat, likeret (pije alkoolike të distiluara) apo pije të tjera. Pijet alkoolike përmbajnë përqindje të ndryshme të etanolit, por në përgjithësi, një pije me madhësi standarde të çdo lloji - 12 ons birra, 5 ons verë, ose 1.5 ons të pijeve alkoolike - përmban afërsisht të njëjtën sasi të etanolit (rreth ½ ons). Sigurisht, pije në sasi më të mëdha ose më të forta mund të përmbajnë shumë më tepër etanol.

Në përgjithësi, sasia e alkoolit që konsumon dikush me kalimin e kohës, jo lloji i pijeve alkoolike, duket se është faktori më i rëndësishëm në rritjen e rrezikut të kancerit. Shumica e provave sugjerojnë se është etanoli që rrit rrezikun dhe jo përmbajtje të tjera në pije.

Si e shton alkooli rrezikun e kancerit?

Saktësisht se si alkooli ndikon në rrezikun e kancerit nuk kuptohet plotësisht. Në fakt, mund të ketë mënyra të ndryshme për të rritur rrezikun dhe kjo mund të varet nga lloji i kancerit.

Dëmtimi i indeve të trupit. Alkooli mund të veprojë si një ngacmues, veçanërisht në gojë dhe në fyt. Qelizat që janë dëmtuar nga alkooli duke u përpjekur të riparojnë vetveten, çojnë në ndryshimet e ADN-së që mund të jenë një hap drejt kancerit.

Bakteret që zakonisht jetojnë në zorrën e trashë dhe rektum mund të konvertojnë alkoolin në sasi të mëdha të acetaldehidit, një kimikat që është treguar se shkakton kancer në kafshët laboratorike.

Alkooli dhe nënproduktet e tij gjithashtu mund të dëmtojnë mëlçinë, duke çuar në inflamacion dhe dhëmbëzim. Ndërsa qelizat e mëlçisë përpiqen të riparojnë dëmin, ato mund të përfundojnë me gabime në ADN-në e tyre, të cilat mund të çojnë në kancer.

Efektet në kimikate të tjera të dëmshme. Alkooli mund të ndihmojë kimikate të tjera të dëmshme, të tilla si ato në tymin e duhanit, të hyjnë në qelizat që mbulojnë traktin e sipërm të tretjes më lehtë. Kjo mund të shpjegojë pse kombinimi i pirjes së duhanit dhe alkoolit ka më shumë gjasa të shkaktojë kancer në gojë ose në fyt sesa pirja e duhanit ose alkoolit vetëm.

Në raste të tjera, alkooli mund të ngadalësojë aftësinë e trupit për të prishur dhe larguar disa kimikate të dëmshme.

Efektet në thithjen e folatit ose ushqyesve të tjerë. Alkooli mund të ndikojë në aftësinë e trupit për të absorbuar disa lëndë ushqyese, siç është folati. Folati është një vitaminë që ndihmon qelizat në trup të qëndrojnë të shëndetshme. Përthithja e lëndëve ushqyese, të cilat shpesh kanë nivele të ulëta të folatit, mund të jetë edhe më e keqe gjatë përdorimit të tepërt të alkoolit. Këto nivele të ulëta mund të ndikojnë në rrezikun e disa kancereve, të tilla si kanceri i gjirit dhe kolorektal.

Efektet në estrogenin ose hormonet e tjera. Alkooli mund të rrisë nivelet e estrogenit, një hormon i rëndësishëm në rritjen dhe zhvillimin e indeve të gjirit. Kjo mund të ndikojë në rrezikun e kancerit të gjirit të një gruaje.

Efektet mbi peshën trupore. Alkooli i tepërt mund të shtojë kalori shtesë në dietë, gjë që mund të kontribuojë në shtimin e peshës në disa njerëz. Dihet se të jesh mbipeshë ose obezë shton mundësitë për të rritur rreziqet e shumë llojeve të kancerit.

Së bashku me këto efekte, alkooli mund të kontribuojë në rritjen e kancerit në mënyra të tjera të panjohura.

Efekte të tjera afatgjata shëndetësore nga pirja e alkoolit

Shumica e njerëzve kanë njohuri për efektet afatshkurtra të alkoolit, të tilla si efektet e tij në humor, përqendrim, gjykim dhe koordinim. Por, alkooli gjithashtu mund të ketë efekte afatgjata shëndetësore. Këto mund të ndryshojnë nga personi në person.

Për disa njerëz, alkooli është problematik. Pirja mund të shtohet me kalimin e kohës, duke çuar në probleme serioze shëndetësore dhe sociale. Përdoruesit e rregullt të pijeve të rënda që papritur ndalojnë pijen mund të kenë simptoma të tërheqjes fizike si dridhje, konfuzion, halucinacione, fiksime dhe probleme të tjera serioze gjatë ditëve të mëvonshme. Në disa njerëz këto mund të jenë kërcënuese për jetën. Kjo nuk do të thotë që abuzuesit me pijen nuk duhet të ndalojnë të pijnë. Kjo do të thotë që ata duhet të flasin me ekipin e tyre të kujdesit shëndetësor për mënyrën më të sigurt për të ndaluar pirjen e alkoolit.

Me kalimin e kohës, përdorimi i tepërt i alkoolit mund të shkaktojë inflamacion (hepatit) dhe dhëmbëzime të rënda në mëlçi. Përdorimi i tepërt i alkoolit mund të dëmtojë edhe organet e tjera, të tilla si pankreasi dhe truri, dhe mund të rrisë presionin e gjakut. Ajo gjithashtu rrit rrezikun e sëmundjeve të zemrës dhe ishemiave.

Në gratë shtatzëna, përdorimi i tepërt i alkoolit mund të çojë në defekte të lindjes ose probleme të tjera me fetusin.

Nga ana tjetër, përdorimi i ulët deri në moderim i alkoolit ka qenë i lidhur me një rrezik më të ulët të sëmundjeve të zemrës në disa njerëz. Përdorimi i ulët deri në moderim zakonisht përkufizohet si 1 ose 2 pije në ditë për një burrë, ose një pije në ditë për një grua. Përfitimi i mundshëm i uljes së rrezikut të sëmundjeve të zemrës duhet të peshohet kundrejt rreziqeve të mundshme shëndetësore për secilin person.

Përdorimi i alkoolit gjatë dhe pas trajtimit të kancerit

Shumë studime kanë gjetur një lidhje midis marrjes së alkoolit dhe rrezikut të zhvillimit të një kanceri të caktuar. Por nuk është e qartë nëse përdorimi i alkoolit pas trajtimit mund të rrisë rrezikun e këtyre kancereve që përsëriten. Në teori, është e mundur që përdorimi i alkoolit mund të rrisë rrezikun e përsëritjes. Për shembull, alkooli mund të rrisë nivelet e estrogjeneve në trup, gjë që mund të rrisë rrezikun për përsëritjen e kancerit të gjirit. Por nuk ka dëshmi të forta nga studimet për të mbështetur këtë.

Në njerëzit që tashmë janë diagnostikuar me kancer, marrja e alkoolit mund të ndikojë gjithashtu në rrezikun e zhvillimit të një kanceri të ri.

Ka disa raste gjatë trajtimit të kancerit në të cilin alkooli në mënyrë të qartë duhet të shmanget. Për shembull, alkooli edhe në sasi shumë të vogla mund të irritojë plagët e gojës të shkaktuara nga disa trajtime të kancerit dhe mund t'i bëjë edhe më keq. Alkooli mund të bashkëveprojë me disa ilaçe të përdorura gjatë trajtimit të kancerit, të cilat mund të rrisin rrezikun e efekteve anësore të dëmshme. Është e rëndësishme të flisni me mjekun tuaj për këtë nëse jeni duke u trajtuar për kancer.

Por për njerëzit që kanë përfunduar trajtimin e kancerit, efektet e alkoolit në rrezikun e përsëritjes së kancerit janë kryesisht të panjohura. Është e rëndësishme ta diskutoni këtë me mjekun tuaj.