

Покурить или выпить – что хуже для развития онкоопухоли? Таким вопросом многие задаются часто. При этом о связи курения и развития рака говорят часто, а алкоголь здесь обычно стоит в стороне.

Можно ли получить онкозаболевание из-за алкоголя и какие опухоли встречаются чаще всего, aif.ru рассказал кандидат медицинских наук, врач-радиотерапевт, заместитель генерального директора по научной работе онкологической клиники Денис Романов.

– В нашем сознании есть определённая ассоциация между табакокурением и злоупотреблением алкоголем как ключевыми способами нанесения ущерба собственному здоровью. И это действительно так: сколько жизней по всему миру и по нашей стране уносят спиртные напитки и табачные изделия!

В контексте злокачественных опухолей эти два фактора риска тоже нередко звучат рядом друг с другом, но тут стоит разбираться – так ли всё однозначно.

Первое место табакокурения среди причин развития злокачественных опухолей неоспоримо: как во всей популяции, так и среди мужчин и женщин по отдельности, с той разницей, что у мужчин курение опережает ближайшего последователя (как раз злоупотребление алкоголем) в 4-5 раз, а у женщин (незащищённые половые контакты) – менее чем в полтора раза. Табакокурение становится причиной развития почти 34% всех злокачественных опухолей (естественно, значения разнятся в зависимости от источника). Подкрался незаметно. Онколог назвал виды рака, которые обнаруживают случайно Подробнее

Алкоголь же в качестве причины развития онкологических заболеваний занимает куда более скромные позиции, становясь его причиной почти в 7,5% случаев (также по авторитетной статистике) и уступая у женщин также таким причинам как нездоровое питание, избыточная масса тела, нарушения обмена глюкозы и даже загрязнение атмосферного воздуха.

Тем не менее, не стоит недооценивать эту проблему. ВОЗ связывает употребление алкоголя с повышением риска развития злокачественных заболеваний в таких органах, как слизистая ротовой полости и глотки, гортань, пищевод, печень, толстая кишка и молочные железы. И если в отношении перечисленных органов пищеварения действует понятная логика – прямое повреждение здоровых клеток этанолом или продуктами его переработки, то рак молочной железы выглядит в этом контексте странновато.

Однако та же ВОЗ обосновывает не только механизм увеличения вероятности развития раком молочной железы: влияние злоупотребления алкоголем на гормональный фон женщины, а ведь большинство раков этого органа – гормональнозависимые – но и даже приводит важную статистику. Так, употребление четырёх бокалов вина в день женщиной увеличивает риск развития рака молочной железы на 50%. Если же дневная доза оказывается в 2 раза больше, тот этот показатель увеличивается до 130%. Возраст не в помощь? Врач пояснил, правда ли у молодых рак агрессивнее Подробнее

Важно понимать, что табакокурение и злоупотребление алкоголем являются так называемыми модифицируемыми факторами риска развития онкологических заболеваний (в отличие от генетических причин или, в меньшей степени, условий окружающей среды или профессиональных факторов). То есть, выбор – вредить своему здоровью и увеличивать шанс оказаться пациентом онкологической клиники или, наоборот, вести здоровый образ жизни – осуществляем мы сами. И ни одной реальной причины (той, которую мы бы не выдумали в обоснование своих слабостей) для того, чтобы начинать или продолжать курить и злоупотреблять алкоголем, нет, учитывая тот доступный нам огромный объём информации, свидетельствующей не только о рисках столкнуться с злокачественной опухолью, но и навредить всем остальным органам и системам организма: головному мозгу, сердечно-сосудистой системе, пищеварительной системе, и другим.

Ранее aif.ru уже рассказывал о том, какие неожиданные опухоли можно получить из-за табака.