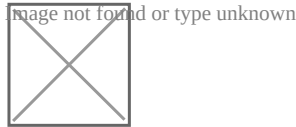


Η περίμετρος της μέσης συνδέεται με κίνδυνο καρκίνου

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Η εκδήλωση της συγκεκριμένης νόσου έρχεται να προστεθεί στην αυξημένη πιθανότητα καρδιαγγειακών νοσημάτων εξαιτίας της «ξεχειλωμένης» μέσης.



Από την ανάλυση των δεδομένων προέκυψε ότι, η αύξηση κινδύνου εκδήλωσης καρκίνου προέκυπτε, όταν στους άνδρες η περίμετρος της μέσης ξεπερνούσε τα 102 εκατοστά περίπου, ενώ στις γυναίκες τα 88 εκατοστά

Η αυξημένη περίμετρος της μέσης συνεπάγεται αυξημένο κίνδυνο εκδήλωσης καρκίνου στον ίδιο βαθμό με τον αυξημένο δείκτη μάζας σώματος (ΔΜΣ), σύμφωνα με διεθνή μελέτη που δημοσιεύθηκε στο επιστημονικό έντυπο British Journal of Cancer.

Οι ερευνητές της Διεθνούς Υπηρεσίας Ερευνών για τον Καρκίνο (IARC-WHO) του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, με επικεφαλής τον δρ Χάιντς Φράισλινγκ,

ανέλυσαν στοιχεία για περίπου 43.000 άτομα σε βάθος 12 ετών, εκ των οποίων 1.600 είχαν διαγνωσθεί με καρκίνο σχετικό με την παχυσαρκία.

Η μέση του... κινδύνου

Από την ανάλυση των δεδομένων προέκυψε ότι, η αύξηση κινδύνου εκδήλωσης καρκίνου προέκυπτε, όταν στους άνδρες η περίμετρος της μέσης ξεπερνούσε τα 102 εκατοστά περίπου, ενώ στις γυναίκες τα 88 εκατοστά.

Η αύξηση κατά 11 εκατοστά της περιμέτρου της μέσης αύξανε κατά 13% τον κίνδυνο καρκίνου σχετικού με την παχυσαρκία. Η προσθήκη οκτώ εκατοστών στους γοφούς αύξανε ειδικότερα κατά 15% τον κίνδυνο καρκίνου του εντέρου.

«Τα ευρήματά μας δείχνουν ότι τόσο ο ΔΜΣ όσο και το πού στο σώμα συσσωρεύεται το λίπος, ιδίως γύρω από τη μέση, μπορούν να αποτελούν προγνωστικούς δείκτες για τον κίνδυνο καρκίνου σχετικού με την παχυσαρκία», εξηγεί ο δρ Φράισλινγκ, ο οποίος συστήνει στους ανθρώπους να ελέγχουν κατά καιρούς την περίμετρο της μέσης τους.

Ως γνωστόν η συσσώρευση λίπους γενικά στο σώμα αλλάζει τα επίπεδα των ορμονών, όπως τα οιστρογόνα και η τεστοστερόνη, αυξάνει τα επίπεδα της ινσουλίνης και συντελεί σε χρόνια φλεγμονή, παράγοντες κινδύνου για εμφάνιση καρκίνου.

Εξάλλου μελέτες έχουν ήδη δείξει ότι, τα υπέρβαρα (ΔΜΣ 25 - 30) ή παχύσαρκα άτομα (ΔΜΣ άνω του 30) διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο εκδήλωσης 13 μορφών καρκίνου, ενώ το πλεονάζον βάρος αποτελεί τη σημαντικότερη αιτία καρκίνου - μετά το κάπνισμα- που θα μπορούσε να αποφευχθεί με τις κατάλληλες αλλαγές στον τρόπο ζωής.

Πηγή: tovima.gr