



Полякова Вероніка Вячеславівна

ЗВ'ЯЗОК ХАРАКТЕРУ ХАРЧУВАННЯ ТА РИЗИКУ ВИНИКНЕННЯ КОЛОРЕКТАЛЬНОГО РАКУ

Україна, Харків

Харківський національний медичний університет

Кафедра гігієни та екології №2

Науковий керівник: к.мед.н., доц. Сидоренко М.О.

Актуальність: Питання профілактики злоякісних новоутворень (ЗН) залишається одним з найактуальніших у всьому світі: за даними Національного канцер - реєстру України колоректальний рак (КРР) займає друге місце серед чоловічої онкозахворюваності і третє місце серед жіночої онкозахворюваності .

Мета: Дослідити зв'язок характеру харчування українців та ризик розвитку колоректального раку.

Матеріали і методи: Аналіз найбільш сучасних досліджень і публікацій, у яких започатковано вирішення даної проблеми.

Результати: Особливості харчування населення України мають велике значення у зв'язку з підвищеним ризиком виникнення КРР. Надмірне вживання алкоголю достеменно підвищує ризик виникнення онкопатології через гальмування всмоктування речовин, які протидіють виникненню КРР (кальцій, вітаміни А, Е, Д). Майже 90% українців щодня вживають червоне м'ясо та полуфабрикати, які містять канцерогенні N-нітрозосполуки, гетероциклічні аміни, поліциклічні ароматичні гідрокарбонати. 5,2% населення України, а це два мільйони людей, не споживає продукти тваринного походження, замінюючи їх рослинними аналогами. Згідно з даними досліджень університету Лома Лінда у людей, які дотримувалися вегетаріанської дієти, ризик виникнення КРР знизився на 22 % через підвищену кількість харчових волокон, кальцію, метіоніну, вітамінів А,С,Е, Д.

Висновки: Профілактика розвитку онкопатології потребує комплексного підходу: модифікація способу життя та типу харчування, збагачення раціону овочами, фруктами, злаковими культурами, впровадження «вегетаріанських днів» впродовж тижня, що підсилю кожній людині.