

الإصابة بالسرطان في سن مبكرة



*د. عبد الرحمن آغا الكنج

في السنوات الأخيرة، شهدنا زيادة مثيرة للقلق في حالات الإصابة بالسرطان في سن مبكرة، وهو السرطان الذي يتم تشخيصه لدى الأفراد تحت سن الخمسين. ويعد فهم الأسباب وتنفيذ استراتيجيات الوقاية الفعالة واستخدام أنواع مختلفة من فحص السرطان خطوات حاسمة في المعالجة.

هناك عدة عوامل تسهم في ارتفاع معدلات الإصابة بالسرطان في سن مبكرة. في حين أن علم الوراثة يؤدي دوراً مهماً، إلا أن نمط الحياة والعوامل البيئية يتم تعريفها بشكل متزايد باعتبارها عوامل حاسمة.

عوامل نمط الحياة: يعد النظام الغذائي السيئ، وقلة النشاط البدني، والسمنة من عوامل الخطر الرئيسية.

التعرضات البيئية: زيادة التعرض للملوثات والمواد المسرطنة والمواد الكيميائية المسببة لاضطرابات الغدد الصماء في المنتجات اليومية، يمكن أن تزيد من خطر الإصابة بالسرطان.

الوراثة والتاريخ العائلي: التاريخ العائلي للإصابة بالسرطان يمكن أن يزيد بشكل كبير من خطر إصابة الفرد بالطفرات الجينية.

خيارات نمط الحياة: تتطلب الوقاية من السرطان في المراحل المبكرة اتباع نهج متعدد الأوجه، يتضمن تغيير نمط الحياة، منها اتباع نظام غذائي صحي وممارسة التمارين الرياضية، اتباع نظام غذائي متوازن، النشاط البدني المنتظم

.تجنب المواد المسرطنة: الحد من التعرض للمواد المسرطنة المعروفة، مثل دخان التبغ، والمواد الكيميائية الضارة

الفحوص الطبية المنتظمة: يعد الاكتشاف المبكر من خلال الفحص أمراً حيوياً في علاج السرطان وتقليل تأثيره. يمكن للفحص التعرف إلى السرطان في مرحلة مبكرة عندما يكون قابلاً للعلاج بشكل أكبر، ما يؤدي إلى تحسين النتائج بشكل ملحوظ. من الفحوص تصوير الثدي بالأشعة، تنظير القولون، اختبار مسحة عنق الرحم وفيروس الورم الحليمي، فحوص الجلد، اختبار مستضد البروستاتا النوعي

يمثل ارتفاع معدلات الإصابة بالسرطان في سن مبكرة تحدياً كبيراً، ولكن فهم الأسباب وتبني استراتيجيات الوقاية واستخدام أنواع مختلفة من الفحص يمكن أن تحدث فرقاً كبيراً. ومن خلال تبني أنماط حياة أكثر صحة، ودعم مبادرات الصحة العامة، والمشاركة في الفحوص المنتظمة، يمكن للأفراد أداء دور فاعل في الحد من مخاطر الإصابة بالسرطان وضمان الكشف المبكر

يعد الوعي العام والتعليم عنصرين أساسيين لتمكين الأفراد من التحكم في صحتهم ومكافحة اتجاه الإصابة بالسرطان في سن مبكرة

استشاري طب الأورام - مستشفى إن إم سي رويال - الشارقة *

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024