

"עודף משקל מעלה את הסיכון לחלות בסרטן השד בכ-25%, במיוחד בקרב נשים בגיל המעבר"

הקשר בין השמנת יתר וסרטן השד, מה אומרים המחקרים ומהן ההמלצות למניעה?

ד"ר אולגה קורין



השמנת יתר היא אחת מהתחלואות המוכרות והשכיחות ביותר בעידן שלנו, בקרב האוכלוסייה בארץ ובעולם ככלל. מחקרים רבים מדווחים על קשר ישיר בין השמנת יתר להופעתן של מחלות לב, כלי דם, סוכרת ואף סיכון גבוה לחלות בסרטן השד במאמר שהתפרסם במגזין האמריקאי CA Cancer בשנת 2017 נאמר כי בעשור האחרון חלה עלייה משמעותית בקרב נשים הסובלות ממשקל עודף - עלייה זו משפיעה באופן ישיר על הימצאותם של תאים סרטניים בשד.

עוד נמצא כי השמנת יתר מעלה את הסיכון לחלות בסרטן השד בכ-25%, בפרט בגיל המעבר. המחקר הראה בבירור כי ככל שערך ה-BMI גבוה יותר, כך השכיחות להופעת סרטן השד עולה. חשוב לומר כי הנתונים הללו מתייחסים גם לנשים צעירות וגם לנשים בגיל המעבר. מחקר נוסף שברק 495,000 נשים בטווח של 16 שנה מצא כי לנשים בעלות משקל עודף, לאחר גיל המעבר, חזר הסרטן בשלב מוקדם יותר לעומת נשים ששמרו על משקל תקין והקפידו על אורח חיים בריא. גם בקרב שיעור רי התמותה מהמחלה, נמצא שנשים עם BMI של 40 ויותר נמצאו בסיכון גבוה פי 2 לתמותה מהמחלה לעומת נשים עם ערך BMI פחות מ-25.

השפעת משקל הגוף על הטיפול התרופתי

בהתאם לסיכוי הגבוה לתחלואה של סרטן השד,

עבור אלו הסובלים מעודף משקל, הרי שגם סיכויי ההחלמה מהמחלה פוחתים בשל אותה סיבה בריוק. במסגרת הטיפולים התרופתיים ישנם מינונים מחושבים הניתנים למטופל בהתאם לשטח גופו (גובה ומשקל), כדי שיוכל לקבל את הטיפול ללא תופעות לוואי מוגזמות. אישה ששוקלת 150 ק"ג תקבל אומנם מינון גבוה יותר מאשר אישה ששוקלת 60 ק"ג, אך מחשש להרעלת יתר תקבל מינון תרופתי פתי נמוך יחסית למשקל גופה, מה שיביא בסופו של דבר להפחתה בתוצאת הטיפול ואיכותו. אי לכך, הארגון האמריקאי לאונקולוגיה ממליץ פעמים רבות כן לתת מינון תרופתי גבוה לנשים בעלות משקל גוף גבוה, גם אם יסבלו ככל הנראה מתופעות לוואי קשות, על מנת שהטיפול יהיה אפקטיבי יותר.



ד"ר אולגה קורין | צילום: דוברות הלל יפה

תאים סרטניים פוחתת. עצם הנוכחות הגבוהה של הורמון האסטרוגן מביא לשינוי ברקע ההורמונאלי. בשד ישנם תאים המכילים את הקולטנים ההורמונאליים וככל שיש יותר השפעה של האסטרוגן על הקולטנים ההורמונאליים - יש סיכוי גבוה יותר להתפתחות סרטן השד.

בעשור האחרון חלה עלייה משמעותית בקרב נשים הסובלות ממשקל עודף - עלייה זו משפיעה באופן ישיר על הימצאותם של תאים סרטניים בשד

אז מה עושים?

ההמלצה העיקרית היא פשוטה וקשורה לניהול אורח חיים בריא מלכתחילה, דהיינו שמירה על משקל גוף תקין, הקפדה על פעילות גופנית ותזונה בריאה, עשירה בסיבים תזונתיים וצמצום בצריכת סוכרים, הימנעות מעישון וצריכת כה מבוקרת של משקאות אלכוהוליים שעשויים לפתח מוטציות בתאים ולהביא להתפתחות סרטן השד. ישנן המלצות ברורות של האיגוד האירופאי והאמריקאי אשר קובעים בבירור כי הקפדה על אורח חיים בריא ושילוב של פעילות גופנית מש-

פיע הן על הסיכוי להתפתחות סרטן השד והן על סיכויי ההחלמה והישנות המחלה בהמשך החיים. במקרים של תחלואה בסרטן השד במשפחה, יש בנוסף לבצע בדיקה עצמית של השד לעתים תכופות על מנת לאתר גושים חדשים מוקדם ככל האפשר, להיבדק אצל כירורג שד ובקרב נשים לאחר גיל המעבר, להקפיד על ביצוע ממוגרפיה אחת לשנה.

ד"ר אולגה קורין, היא רופאה בכירה ביחידה לאונקולוגיה של המרכז הרפואי הלל יפה

למה זה קורה?

המקור להבדלים הוא בשל הורמון האסטרוגן הנמצא בתוך תאי השומן. עודף בתאי שומן גורם לעודף באסטרוגן, והאחרון מגדיל את הסיכוי להתפתחות סרטן שד. עודף בתאי שומן משפיע על המערכת החיסונית כך שהיכולת שלה לאתר ולזהות