

دراسة حديثة: الخبز الأبيض يزيد من خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم



توصلت دراسة جديدة إلى أن "الخبز الأبيض قد يزيد خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم". وبحسب موقع "نيوز ميديكال" الطبي، فقد حلت الدراسة البيانات الخاصة بـ"118" ألف شخص، والمدرجة في قاعدة بيانات البنك الحيوي في المملكة المتحدة.

ونظر الباحثون في مدى انتشار الإصابة (بسرطان القولون والمستقيم) بين المشاركين، وعلاقتها بمدى استهلاكهم 139 نوعاً من الأطعمة والمواد الغذائية.

ووجد الفريق، أنه "على مدار 12 عاماً، أصيب 1466 مشاركاً بسرطان القولون والمستقيم. وكان متوسط عمر المرضى 55 عاماً، وكان نحو 45 في المائة منهم من الذكور".

وكشفت الدراسة، التي نشرت في مجلة "Nutrients"، أن 8 من أصل 139 نوعاً من الأطعمة والمغذيات كانت مرتبطة بمخاطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم، بعضها بالإيجاب وبعضها بالسلب.

ففي حين أن زيادة استهلاك الكحول والخبز الأبيض ارتبطت بزيادة خطر الإصابة بالمرض، فإن تناول الألياف الغذائية والكالسيوم والمغنيسيوم والفوسفور والمنغنيز والكربوهيدرات الصحية ارتبط بانخفاض هذا الخطر.

ويعد سرطان القولون والمستقيم هو ثالث أكثر أنواع السرطانات شيوعاً في العالم. ويحدث معظم حالات

سرطان القولون والمستقيم عادة لدى كبار السن من الذين تبلغ أعمارهم 45 عاماً فأكثر، لكن المرض أصبح يصيب بشكل متزايد الشباب أيضاً. ويعتقد العلماء أن ما يقرب من 20-25 في المائة من جميع حالات السرطان حول العالم مرتبطة بالنظام الغذائي.