



Antall som får kreft kan halveres

Omtrent halvparten av alle krefttilfeller i Europa kunne vært unngått. Det viser en undersøkelse gjort av Europakommisjonen. I 2002 fikk omtrent 11 millioner mennesker i hele verden diagnosen kreft; rundt 26 prosent av dem var i Europa. Europakommisjonen satte derfor sammen en studiegruppe for å se i hvilken grad livsstil påvirker kreftraten.

28 land, 11 krefttyper

Forskerne samlet inn data fra 28 europeiske land. Antall krefttilfeller i hvert land, fordelt på kjønn og alder, ble sammenlignet med det laveste tallet for en gitt krefttype som var registrert i Europa dette året. Denne differansen indikerer i hvilken grad en type kreft kunne ha vært unngått.

Elleve ulike krefttyper ble tatt med i undersøkelsen. Dette var kreft i munn, mage, lunger, bryst, nyrer, blære, spiserør, tykktarm og endetarm, bukspyttkjertel, strupehode og livmorsslimhinnen.

Kreft i lunger og bryst

Forskerne kom frem til at av 1,4 millioner krefttilfeller så skyldtes 689 581 livsstilen. Det betyr at antall krefttilfeller teoretisk sett kunne ha vært halvvert, dersom europeerne hadde levd litt sunnere.

Ser man ut i fra kjønn kunne 363 000 tilfeller (59 prosent) blant menn, og 362 000 (45 prosent) blant kvinner vært unngått.

For menn var tallet størst i Ungarn, der de kunne redusert kreftraten med 77 prosent. Lungekreft var den dominerende typen.

For kvinner stod Belgia for det største tallet med 54 prosent med brystkreft som den hyppigste sykdommen.

Regner man ut i fra hver enkelt krefttype, er kreft i spiserør og strupehode de formene som man i størst grad kan forebygge, med henholdsvis 73 og 78 prosent blant menn, og 79 og 77 prosent blant kvinner. Røyk og alkohol er viktige risikofaktorer for disse kreftformene.

Også lungekreft kan ifølge studien unngås i stor grad. I Hellas, Serbia og Montenegro stod denne krefttypen for 50 prosent av alle de unngåelige tilfellene. Som de fleste vet er røyking en betydelig risikofaktor for denne type kreft.

Forebyggingsarbeid

Kreft kan også skyldes genetiske faktorer, men forskerne har ikke lagt stor vekt på dette i denne undersøkelsen. De sier derfor selv at det er mulig de har overkalkulert de ytre faktorene, ettersom de i enkelte tilfeller kan skyldes arv som jo kan variere mellom ulike regioner i Europa.

Funnene tyder likevel på at livsstilen påvirker faren for kreft i vesentlig grad, hvilket åpner for store muligheter – og utfordringer i forebyggingsarbeid. Mindre overvekt, røyk og alkohol, og mer fysisk aktivitet og et sunnere kosthold, er riktige steg på veien, mener forskergruppen.

Kilder:

1. R. Dobson, Most cancers in Europe avoidable, British Medical Journal, 2007; vol. 334, pp.62
2. I. Soerjomataram, E. de Vries, E. Pukkala, et. al, Excess of cancers in Europe: A study of eleven major cancers amenable to lifestyle changes, International Journal of Cancer, 2006; vol. 120 (6), pp. 1336-1343.