

Bağırsak kanseri neden atalarımızda sık değildi?

Gönderen : hasta sorunu - 24/03/2019 20:14

Yağlı diyetle beslenenlerin bağırsak kanseri riski altında olduklarını yazmışsınız. Peki hocam neden yüzyıllardır tere yağı ile beslenen 80 yaşını devirmiş atalarımız değilde; 40 li yaşlardaki gençlerimiz bağırsak kanseri

Cvp:Bağırsak kanseri neden atalarımızda sık değildi?

Gönderen : DrTaviloglu - 24/03/2019 20:50

Bağırsak kanseri (<http://www.taviloglu.com/bagirsak-hastaliklari/bagirsak-kanseri.html>) ve rektum kanseri (<http://www.taviloglu.com/bagirsak-hastaliklari/rektum-kanseri.html>) gelişiminde yüksek yağ ve kalori (özellikle hayvansal yağlar) diyetle beslenme, liften fakir beslenme ve kırmızı etin fazla tüketimi önemli rol oynamaktadır. Sağlıklı bir beslenme için, günde 20-35 gr arasında lif tüketilmelidir. Bingham ve ark. çalışmasında, günde 17 gr'dan az lif tüketenlerde bağırsak kanseri riskinin arttığı saptanmıştır. Her gün düzenli kırmızı et tüketimi ile kalın bağırsak kanseri riski 1.5 kat artmaktadır. Günde 2 Lt ve üzerinde su tüketimi bağırsak sağlığı açısından önemlidir. Ülkemizde ortalama yaşam süresi 1960'larda 50 yaş civarında iken, günümüzde 78 yaş olmuştur. Son 50 yılda, ülkemizde ortalama yaşam yaklaşık 30 yıl uzamıştır. Bağırsak kanseri (<http://www.taviloglu.com/bagirsak-hastaliklari/bagirsak-kanseri.html>) olgularının % 90'ının, 50 yaşın üzerinde olduğu bilinmektedir. Atalarımızdan 80 yaşını aşanlar çok düşük bir oran içermekte ve bu kişiler gerek kalıtsal olarak ve gerekse de vücut direnci açısından yaşlılarına göre daha üstün olduklarından bu tür sorunlar pek yaşanmamış olduğu kabul edilmektedir. Ayrıca, atalarımızın döneminde televizyon, cep telefonu, internet, bilgisayar, tablet, vb. teknolojik ve kişileri radyasyona maruz bırakan cihazların olmadığını da unutmamak gerekir. Günümüzde, yaşam süresinin uzaması, radyasyona maruz kalma ve gıdalarda çeşitli katkı maddelerinin bulunması nedeniyle bağırsak kanseri riski artmaktadır. O nedenle, tüm sağlık örgütleri tarafından kabul edilen önerilere uymanız yararlı olacaktır.

Saygılar,

Prof. Dr. Korhan Taviloğlu

Taviloğlu Proktoloji

Bağırsak ve makat hastalıkları tedavisi

www.taviloglu.com

www.tavilogluproktoloji.com

www.genelcerrah.com

www.drtaviloglu.tv

www.hemoroiduzmani.com

www.facebook.com/drtaviloglu

<https://www.instagram.com/tavilogluproktoloji>

www.twitter.com/DrTaviloglu

<http://tr.linkedin.com/in/drtaviloglu>

<https://plus.google.com/101286043113581809324>

www.dailymotion.com/DrTaviloglu

www.youtube.com/drtaviloglu

www.dailymotion.com/hemoroiduzmani

www.youtube.com/hemoroiduzmani

<http://www.facebook.com/HemoroidUzmani>

=====