

Otázka nejen pro ženy následující příklad Angeliny Jolie: Musíte onemocnět rakovinou prsu? Zjištění vědců: Genetické předpoklady tvoří jen 3 % rizika!



Popisek: Snídaně ve třech | Autor: Žertovná koláž: Ondřej Höppner

AUTOR: **JANA HOLLANOVÁ**

Angelině Jolie právě zemřela tetička. Opět na rakovinu ženských orgánů. Potvrzuje to, že celebrita měla pravdu, když rozpoutala celosvětovou kampaň na odstraňování prsů založenou na genetických předpokladech vzniku rakoviny?

27. 5. 2013

Zdá se spíše, že pravdu mají někteří komentátoři, že kampaň s touto další obětí rakoviny v Angelinině rodině dopředu počítala. Když hollywoodská hvězda vystoupila na veřejnost, byla již její teta v závěrečné fázi nemoci. Bylo jasné, že její smrt kampaň opět dále vyhrotí, že potvrdí „genetické obavy“ žen. Že se stane jakýmsi razítkem na kampani k chirurgickému odstraňování zdravých prsů. Že by to bylo neuvěřitelně cynické? Ano, bylo by. Je.

Vědecké studie, o kterých se nedozvíte

Proč tedy tak závratně narůstá počet případů rakoviny ženských orgánů? Proč muži stále častěji trpí rakovinou prostaty, tlustého střeva a konečníku? Přesněji řečeno – proč rakovina obecně v posledních desetiletích má v západním světě tak progresivní charakteristiky?

Čínská studie je nejrozsáhlejší studie zaměřená na výživu, životní styl a nemoci, jaká kdy byla v historii biomedicínského výzkumu provedena na lidech.

Je to především oněmi genetickými předpoklady, na nichž současná „Jolie kampaň“ stojí? Je možné, aby se v tak historicky relativně krátké době změnila genetická rizika? Nikoli. Změnilo se něco jiného. Západ žije již několik desetiletí v blahobytu. To, co se změnilo, je především způsob života. To, co jíme.

Zatímco ještě v době před Druhou světovou válkou bylo na jídelníčku maso a obecně živočišné bílkoviny spíše lahůdkou, dnes je jíme pravidelně i několikrát denně. Co to dělá s organismem, s jeho překyselením, základním předpokladem ke vzniku nádorového bujení, tím se vážně zabývají různé studie. Jejich výsledky jsou však před veřejností skryty. Rakovinný průmysl nemá nejmenší důvod rozšiřovat je. A ví proč.

Sedmadvacet let výzkumu

Dr. Thomas Collin Campbell je významný americký vědec, biochemik, který se dlouhodobě věnuje vlivu výživy na zdraví. Byl jedním z vedoucích vědeckých pracovníků, kteří v 80. letech 20. století naplánovali a provedli takzvanou *Čínskou studii*, nejrozsáhlejší studii zaměřenou na výživu, životní styl a nemoci, jaká kdy byla v historii biomedicínského výzkumu provedena na lidech.

Podílely se na ní tři univerzity: Cornellova univerzita (USA), Oxfordská univerzita a Čínská akademie preventivního lékařství. Kromě jiných vztahů studie zkoumala souvislost mezi stravou (a životním stylem) a nemocemi jako rakovina a srdeční a metabolická onemocnění. Byla prováděna po 27 let na velkých skupinách čínských obyvatel i na velkých vzorcích populace v Anglii a Americe. Její knižní podoba se v Americe stala nejprodávanější knihou o výživě.

"V rodině máme mnoho případů rakoviny prsu... Maminka i babička na ni zemřely a mé 45leté sestře ji nedávno také našli."

Dr. Campbell se studiu rakoviny věnoval po velkou část své profesní dráhy, za své celoživotní úsilí dostal od Amerického institutu pro výzkum rakoviny Cenu za dosažené úspěchy ve výzkumu. Podle svých vlastních slov vůbec nejzajímavější údaje v tomto oboru získal právě v rámci *Čínské studie*.

Nešťastná Betty: Odstranit prsy devítileté dceři?

Jak ukazují statistiky, ve vyspělých zemích rakovina nejčastěji postihuje u žen prsy, u mužů prostatu a u obou pohlaví zažívací ústrojí, zejména tlusté střevo a konečník. Právě těmito onemocněními se dr. Campbell zabývá v jedné z kapitol této pozoruhodné knihy. Poznatky a závěry uvedl šokující příhodou: „Na jaře téměř před deseti lety mi do kanceláře na Cornellově univerzitě zatelefonovala jedna paní jménem Betty. Chtěla se mě v souvislosti s rakovinou prsu na něco zeptat.

"V rodině máme mnoho případů rakoviny prsu... Maminka i babička na ni zemřely a mé 45leté sestře ji nedávno také našli. Nemohu si pomoci, ale bojím se o svou devítiletou dceru. Brzy začne menstruat a mě trápí vědomí, že by u ní rakovina prsu mohla také propuknout." Z jejího hlasu evidentně zazníval strach. "Viděla jsem spoustu výzkumů, které ukazují, že je v tomto případě rodinná anamnéza důležitá, a proto se obávám, že moje dcera rakovinu prsu dostane.

Přemýšlela jsem o různých možnostech a jedna z nich je odstranění obou prsů mé dcery. Co mi radíte?"

Tato žena byla ve výjimečně obtížné situaci. Má nechat svou dceru vyrůstat s prsy a čekat, zda se dívka dostane do smrtící pasti, nebo ji má přimět k odstranění prsů? I když je tato otázka zdánlivě extrémní, musí jí každý den na světě čelit tisíce žen.

Důvodem genetická chyba?

První zprávy o objevu genu pro rakovinu prsu (BRCA-1) zapůsobily jako katalyzátor těchto otázek. New York Times a jiná periodika byla plná tučných titulků hlásajících do celého světa objev něčeho, co bylo podle mnohých ohromným objevem. Cirkus nyní obklopuje i jeho bratříčka, gen BRCA-2. Sítila tak myšlenka, že rakovina prsu vzniká kvůli genetické chybě („smůle“). To vyvolalo značné obavy a v některých případech až paniku u lidí s rodinnou anamnézou rakoviny prsu.



Angelina po transplantaci celého těla snížila hrozbu rakoviny o pěkných 90%

PROTIPROUD
Kontraevoluční magazín Petra Hájka

ONDREJ HO PNER

Mezi vědci a ve farmaceutických společnostech zavládlo velké vzrušení. Existovala velká pravděpodobnost, že pomocí moderních vyšetřovacích postupů, např. genetického testování, bude možno stanovit celkové riziko vzniku rakoviny prsu u žen.

Následně pak titíž lidé doufali, že budou schopni manipulovat nově objeveným genem tak, aby rakovině prsu zabránili nebo ji alespoň mohli úspěšně léčit. Novináři hned začali střípky informací překládat a skládat do formy stravitelné pro širokou veřejnost a mohutně při tom spoléhali na fatalistické postoje lidí ovlivněné genetikou. Není divu, že vše vyvolalo strach mnoha matek, tedy i oné Betty.

Počet případů zaviněných „čistě genetikou“ činí přibližně 3 %.

Pověděl jsem jí o Čínské studii. Tedy o zásadní úloze výživy v předcházení této nemoci. Sdělil jsem jí také, že přestože máme určitý gen pro určitou nemoc, neznamená to, že nemoc musíme dostat. Významné studie prokázaly, že pouze malý počet případů rakoviny závisí plně a pouze na genech.

Překvapilo mě, jak málo Betty věděla o výživě. Myslela si, že jediným faktorem, který určuje riziko, je genetika. Neuvědomovala si, že v případě rakoviny prsu je výživa přinejmenším stejně důležitým faktorem.

Každá osmá Američanka

Betty nebyla jediná. Ještě jedna žena se mnou hovořila o možnosti, že by její mladší dcera podstoupila chirurgické odnětí obou prsů. Další žena, které již byl jeden prs preventivně odstraněn, se ptala, zda si má v rámci prevence nechat odstranit i druhý.

Je jisté, že rakovina prsu je v naší společnosti závažným problémem. Každé osmé Američance bude během života diagnostikována rakovina prsu – to reprezentuje jeden z nejvyšších výskytů této nemoci na světě. Základní organizace a sdružení pro rakovinu prsu jsou v porovnání s ostatními zdravotně osvětovými organizacemi hodně rozšířené, silné a relativně dobře financované a výjimečně aktivní. Proto tato nemoc více než ostatní vyvolává u žen panické obavy a strach.

Když zpětně uvažuji o rozhovoru s Betty, cítím, že jsem měl daleko silněji argumentovat ve prospěch výživy a její úlohy při vzniku rakoviny prsu.“

Geny se na rakovině podílejí pouze třemi procenty!

Dr. Campbell často opakuje, naprosto jednoznačné vědecké zjištění, že genetické vlohy pro nemoc, například rakovinu prsu, jsou jen jednou z mnoha podmínek vzniku nemoci. Zda nositel/ka genu skutečně onemocní, je výslednicí ještě mnoha dalších faktorů. Ve skutečnosti počet případů zaviněných „čistě genetikou“ činí přibližně 3 %.

„Je zcela pochopitelné, že největší strach z rakoviny prsu mají ženy s pozitivní rodinnou anamnézou. Podle ní se předpokládá, že při rozvoji rakoviny prsu hrají významnou úlohu geny. Často však slýchám alibistické tvrzení, že "je to všechno v rodině", což znamená, že se s nemocí nedá nic dělat. **Tento fatalistický přístup potlačuje smysl pro osobní odpovědnost za vlastní zdraví a hluboce omezuje dostupné možnosti.**

Je pravda, že pokud máte v rodinné anamnéze rakovinu prsu, čelíte zvýšenému riziku vzniku této nemoci. Nicméně významná skupina vědců zjistila, že **rodinné anamnéze můžeme přičítat pouze 3 % všech případů rakoviny prsu**. I když mohou být podle jiných vědců procentní dohady výskytu vázaného na rodinnou anamnézu o něco vyšší, platí, že převážná většina případů rakoviny prsu u amerických žen nevzniká na základě rodinné anamnézy či dědičných změn v genech.

Je to mnohem složitější

I přes veškeré důkazy se naše národní povědomí o této nemoci pohybuje v zažitých kolejkách **genetického fatalismu**. Vznik a rozvoj rakoviny prsu ovlivňují mnohé geny, ale hlavní pozornost se od roku 1994, kdy byly objeveny, soustředila na geny BRCA-1 a BRCA-2. Pokud jsou tyto geny mutovány, zvyšují riziko vzniku rakoviny prsu a vaječníků.

Je stejné riziko, že rakovinu dostanou, jako že ji nedostanou. A právě výživa je obvykle oním jazýčkem na vahách.

Objev, že jisté geny, pokud u nich dojde k mutaci, se mohou účastnit procesu vzniku rakoviny, je jistě významný. Rozruch, který kolem tohoto objevu vznikl a který vydatně živila a živí různé kampaně mainstreamových médií, však zastiňuje daleko důležitější důvody vzniku nemoci a její celkový obraz.

Padesát na padesát

„Ve vzrušené atmosféře, která obklopovala objev těchto genů, se na některé informace pozapomnělo. Zprvu, v obecné populaci nese mutované formy těchto genů pouze 0,2 % jedinců (frekvence 1 z 500). Díky vzácnosti těchto genetických změn jim můžeme v obecné populaci přisoudit **několik málo procent případů rakoviny prsu.**

Zadruhé, kromě BRCA-1 a BRCA-2 se na vzniku a rozvoji rakoviny prsu podílejí i jiné geny a mnohé další budou jistě teprve objeveny. Zatřetí, pouhá přítomnost BRCA-1 a BRCA-2 či jakéhokoli dalšího genu se vztahem k rakovině prsu nedává jistotu vzniku nemoci. **Expese těchto genů totiž do značné míry závisí na faktorech výživy.**

Nedávno publikovaná práce shrnula dvacet dvě studie zabývající se odhadem rizika vzniku rakoviny prsu (a vaječnicků) u žen, jež jsou nositelkami mutovaných genů BRCA-1 a BRCA-2. U nositelek mutovaného genu BRCA-1 bylo celkové riziko vzniku rakoviny prsu před dosažením sedmdesáti let věku 65 % a rakoviny vaječnicků 39 %.

U nositelek mutovaného genu BRCA-2 tyto hodnoty činily 45 % u rakoviny prsu a 11 % u rakoviny vaječnicků. Nositelky těchto genů zcela jistě čelí vyššímu celoživotnímu riziku vzniku rakoviny prsu. Ale právě proto u těchto rizikových žen by se pozornost věnovaná stravě velmi vyplatila. **Asi u poloviny nositelek těchto vzácných mutovaných forem genů totiž rakovina prsu nikdy nepropukne.**“

Jinými slovy – je stejné riziko, že rakovinu dostanou, jako že ji nedostanou. A právě výživa je obvykle oním jazýčkem na vahách.

Živočišné bílkoviny

„Ačkoliv je objev genů BRCA-1 a BRCA-2 významným přínosem pro pochopení celkového obrazu rakoviny prsu, **přílišný důraz na tyto geny a obecně na genetickou příčinnost je neopodstatněný.**

Tím samozřejmě nechci snižovat význam všeho, co se týká těchto genů, zejména na část populace žen, jež nese mutované formy. My si však musíme neustále připomínat, že geny BRCA-1 a BRCA-2 se musí „exprimovat“, tedy vyjádřit, aby se mohly účastnit procesu vzniku této nemoci. A zde vstupuje do hry především výživa, která proces kancerogeneze zásadně ovlivňuje. Především jde o stravu s vysokým podílem živočišných bílkovin.“

Další rizikové faktory

Aktivitu mutovaných genů ovlivňují ještě další rizikové faktory. Podle dr. Campbella jsou nejvýznamnější minimálně čtyři: časný nástup menarche (období, kdy má žena menstruaci), pozdní nástup menopauzy (období, kdy menstruace ustane), vysoká hladina ženských pohlavních hormonů (hlavně estrogenu a progesteronu) v krvi a vysoká koncentrace cholesterolu v krvi.

„Ženy konzumující stravu bohatou na živočišné produkty, jež zároveň obsahuje snížené množství přírodních rostlinných složek, dosahují dříve puberty a menopauza u nich nastupuje později, což znamená, že se u nich prodlužuje reprodukční věk. Zároveň mají během celého života zvýšené hladiny ženských hormonů.“

Problém shrnuje následující tabulka:

Riziko rakoviny prsu se zvyšuje, když má žena...	Strava bohatá na živočišné produkty a rafinované sacharidy...
... časný nástup menarche (1 menstruace)	...urychluje nástup menarche
...pozdní nástup menopauzy	...zpomaluje nástup menopauzy
---vysoké koncentrace ženských pohlavních hormonů v krvi	..zvyšuje koncentrace ženských pohlavních hormonů v krvi
...vysoké koncentrace cholesterolu v krvi	...zvyšuje koncentrace cholesterolu v krvi

Podle výsledků získaných z Čínské studie je celoživotní expozice estrogenů u žen v západních zemích nejméně 2,5–3krát vyšší v porovnání se ženami z venkovských oblastí Číny. To je v případě kriticky důležitého hormonu obrovský rozdíl. Podle dr. Campbella je hladina estrogenů pro vznik rakoviny prsu extrémně důležitá – estrogeny se přímo účastní procesu kancerogeneze a jejich množství je současně indikátorem hladiny ostatních ženských pohlavních hormonů, které se celého procesu rovněž účastní.

Vznik rakoviny je závislý na stravě

Nejdůležitější zjištění plynoucí z Čínské studie shrnuje takto: „Zvýšené hladiny estrogenů a příbuzných hormonů vznikají následkem konzumace typické západní stravy bohaté na tuky a živočišné bílkoviny, avšak s nízkým obsahem vlákniny.

Zjištění, že se rakovina prsu točí okolo estrogenů, je velmi závažná, protože expozice estrogenům je závislá na stravě. To znamená, že můžeme riziko rakoviny snížit, budeme-li konzumovat jídla, která nám umožní kontrolovat hladiny estrogenů.

Výživa může výrazně ovlivnit průběh různých druhů rakoviny

Smutným faktem však zůstává, že většina žen o těchto důkazech neví. Pokud by odpovědné a důvěryhodné veřejné zdravotní agentury uvedené důkazy vhodně šířily, pak by podle mého názoru mnoho mladých žen mohlo podniknout velmi reálné a účinné kroky, a by se této ošklivé nemoci vyhnuly.“

Máme vše ve svých rukou – nikoli jen v genech

Informacemi získanými z Čínské studie o souvislostech výživy a životního stylu s takzvanými „civilizačními nemocemi“, které dr. Campbell nazývá „nemocemi z blahobytu“, se budeme na stránkách Protiproudu dále zabývat.

„Čínská studie je obzvláště pozoruhodná tím, že mezi mnoha spojitostmi, které se týkají výživy a nemocí, jich tolik poukazovalo na jedině: Lidé, kteří konzumovali převážně živočišnou stravu, měli většinou chronické choroby. Lidé, kteří konzumovali převážně rostlinnou stravu, byli zdravější a chronické nemoci se jim vyhýbaly. Tyto výsledky se nedaly ignorovat,“ říká autor v předmluvě ke knižnímu vydání Čínské studie.

Nedejme se ovlivnit hysterickou mediální kampaní Angeliny Jolie a sponzorů mocného rakovinného průmyslu.

A co více: „Vyhledal jsem výsledky ostatních vědců a kliniků a ukázalo se, že naše objevy patří k tomu nejzajímavějšímu, co bylo o stravě uveřejněno v průběhu posledních padesáti let. Ukazují, že správná výživa může léčit srdeční chorobu, diabetes a obezitu. Jiný výzkum naznačuje, že

výživa může výrazně ovlivnit průběh různých druhů rakoviny, autoimunitních onemocnění, stav kostí, ledvin, zraku a choroby mozku ve stáří, například choroby myšlení či Alzheimerovu chorobu.“

Nedejme se tedy ovlivnit hysterickou mediální kampaní Angeliny Jolie a sponzorů mocného rakovinného průmyslu. Genetické mutace nelze podceňovat. Ale jednak se týkají velmi malé části populace a především – rakovinu samy „nespouštějí“.

Jak uvidíme v řadě dalších materiálů, které chystáme, zdraví máme v největší většině především ve svých rukou. Jen o tom málo víme. Nebo vůbec nic. Kolik o tom věděla maminka a tetička Angeliny Jolie agentury neuvádějí.