

Þekkja Íslendingar áhættuþætti krabbameina?

Niðurstöður nýrrar könnunar



Birna Þórisdóttir

næringarfræðingur, sérfræðingur hjá Krabbameinsfélagi Íslands og nýdoktor við Háskóla Íslands

birna@krabb.is



Sigrún Elva Einarsdóttir

Lýðheilsufræðingur, sérfræðingur hjá Krabbameinsfélagi Íslands

sigrunelva@krabb.is

Einn af hverjum þremur Íslendingum getur búist við að fá krabbamein á lífsleiðinni. Talið er að krabbameinsbyrði gæti minnkað um helming ef hægt væri að yfirfæra vísindalega þekkingu á áhættuþáttum krabbameina í árangursríkar forvarnir.^{1,2} Í þessu bréfi eru teknar saman helstu niðurstöður nýrrar könnunar á þekkingu Íslendinga á áhættuþáttum krabbameina.

Krabbameinsfélagið lét leggja rafræna könnun fyrir Þjóðgátt Maskínu, þjóðhóp fólks (e. *panel*) sem dreginn er með tilviljun úr Þjóðskrá, dagana 10.-25. maí 2021. Fyrst var opin spurning þar sem þátttakendur voru beðnir um að nefna einn eða fleiri þætti sem þeir teldu auka líkur á krabbameinum. Í kjölfarið var spurt beint hvort þátttakandi teldi ákveðna upptalda þætti auka líkur á krabbameinum og voru svarmöguleikarnir „já“, „nei“ og „veit ekki“. Eins var spurt um bakgrunnþætti. Þátttakendur voru 860 talsins, 18 ára og eldri af öllu landinu. Við úrvinnslu voru gögnin vegin til samræmis við tölur Hagstofunnar þannig að hópurinn sem svarar endurspeglar þjóðina út frá kyni, aldri og búsetu.

Reykingar fólki ofarlega í huga

Reykingar og/eða tóbak var það sem langflestir (87%) töldu upp sem áhættuþátt í opnu spurningunni. Síðan mataræði (45%), erfðir (40%), mengun/loftgæði (27%),

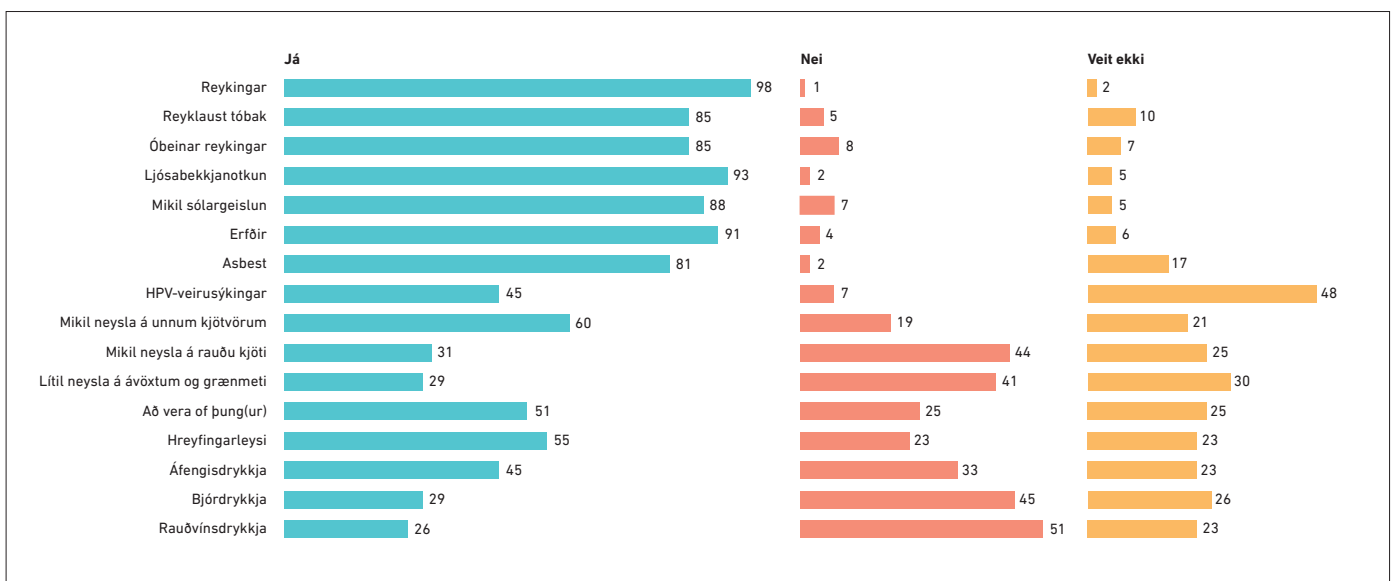
áfengi (25%), sól/ljósabekkir (22%) og hreyfingarleysi (18%). 17% nefndu almennan lífsstíl/lifnaðarhætti og færri nefndu aðra þætti svo sem streitu/álag/áföll, eiturfefni, offitu, umhverfisáhrif og fleira.

Myndin sýnir svörin þegar spurt var beint um ákveðna þætti. Yfir 90% þátttakenda taldi reykingar, ljósabekkjantökun og erfðir vera áhættuþætti krabbameina. Örlítið færri, en þó yfir 80%, töldu reyklaut tóbak, óbeinar reykingar, mikla sólargeislun og asbest vera áhættuþætti. Þekkingin á asbesti var meiri meðal karla en kvenna og jókst með hækkandi aldri, frá 67% hjá 18-29 ára upp í um 90% hjá 50 ára og eldri.

Fleiri konur (59%) en karlar (32%) töldu HPV-veirusýkingar vera áhættuþátt og virtist þekkingin aukast með aukinni menntun, minnka með hækkandi aldri og vera meiri hjá þátttakendum með börn á heimilinu.

Takmörkuð þekking á veigamiklum þáttum

Mikil neysla á unnum kjötvörum var sá áhættuþáttur sem flestir þekktu þegar spurt var um ákveðna þætti mataræðis. Innan við þriðjungur taldi mikla neyslu á rauðu kjöti og litla neyslu á ávöxtum og grænmeti vera áhættuþætti. Þekking á mataræðisþáttunum var meiri með aukinni menntun.



Svör við spurningunni: „Telur þú að eftirfarandi þættir auki líkurnar á að fólk fái krabbamein?“

Um helmingur þátttakenda svaraði játandi þegar spurt var hvort annars vegar ofþyngd og hins vegar hreyfingarleysi væru taldir áhættuþættir krabbameina. Þekkingin virtist meiri hjá yngri þátttakendum en eldri, þátttakendum með meiri menntun en grunnskólapróf og þátttakendum sem voru með börn á heimilinu.

Innan við helmingur þátttakenda taldi áfengisdrykkju vera áhættuþátt og enn færri, eða innan við þriðjungur þátttakenda, töldu bjór- og rauðvínsdrykkju vera áhættuþætti. Jókst vitneskjan með aukinni menntun. Staðreyndin er sú að áfengir drykkir, óháð því hvort um er að ræða bjór, léttvín eða sterkari drykki, eru skilgreindir sem krabbameinsvaldandi af Alþjóðastofnun krabbameinsrannsókna (IARC) og eru í sama flokki (e. *group 1*) og reykingar, reyklaust tóbak, óbeinar reykingar, útfjólublá geislun, asbest, HPV-veirusýkingar og unnar kjötvörur, ásamt fleiri þáttum.³

Einnig voru þátttakendur spurðir um nokkra þætti sem rannsóknir benda til að

geti verið óbeint tengdir krabbameinsáhættu án þess að vera staðfestir áhættuþættir samkvæmt flokkun IARC. 66% þátttakenda taldi mikla streitu auka líkur á krabbameinum, 65% rafsígarettur, 43% mikla sykurneyslu og 41% of lítinn svefn.

Tilfni til aukinnar fræðslu og forvarna

Það er mat höfunda að niðurstöður könnunarinnar endurspegli að nokkru leyti áherslur á tóbaks- og sólarvarnir í krabbameinsforvörnum undanfarin ár og áratugi. Einnig töluverða umræðu um tengsl erfða og krabbameina og minnkandi umræðu um asbest. Athyglisvert var að þrátt fyrir mikla umræðu um leg-hálskrabbamein og framkvæmd skimana nú nýverið taldi innan við helmingur þátttakenda HPV-veirusýkingar áhættuþátt krabbameina. Eins var athyglisvert að þótt mataræði væri sá þáttur sem næstoftast var nefndur í opinni spurningu var þekkingin takmörkuð þegar spurt var um ákveðna þætti mataræðis.

Könnunin bætir við þekkingu á heilsulæsi Íslendinga.

Það er áhyggjuefni að einungis um helmingur þátttakenda taldi ofþyngd, mataræði, hreyfingarleysi og áfengisneyslu auka líkur á krabbameinum. Gefa þessar niðurstöður tilfni til aukinnar fræðslu og umræðu um áhættuþætti krabbameina og möguleika á forvörnum. Nánari greining á niðurstöðum könnunarinnar og samanburður við aðrar kannanir verður tekin saman í skýrslu sem verður gerð aðgengileg á heimasíðu Krabbameinsfélagsins.

Heimildir:

1. Vineis P, Wild CP. Global cancer patterns: causes and prevention. *Lancet* 2014;8; 383: 549-57.
2. Schüz J, Espina C, Villain P, et al. European Code against Cancer 4th Edition: 12 ways to reduce your cancer risk. *Cancer Epidemiol* 2015; 39: 1-10.
3. IARC Monographs on the Identification of Carcinogenic Hazards to Humans. Agents Classified by the IARC Monographs, Volumes 1-129 - 13. september 2021.

Öryggi | Samvinna | Framsækni



SJÚKRAHÚSIÐ Á AKUREYRI
AKUREYRI HOSPITAL

Vilt þú ganga til liðs við öflugan hóp lækna á Sjúkrahúsinu á Akureyri?



Sjúkrahúsið á Akureyri

- Er framsækinn og eftirsóknarverður vinnustaður
- Veitir almenna og sérhæfða heilbrigðisþjónustu með áherslu á bráðabjónustu og helstu sérgreinameðferðir
- Er annað tveggja sérgreinasjúkrahúsa landsins og gegnir lykilhlutverki í almannavörnum
- Er kennslusjúkrahús og þekkingarstofnun sem leggur metnað sinn í kennslu og rannsóknir í heilbrigðisvísindum
- Leggur áherslu á að ráða til starfa og halda í hæfileikaríka einstaklinga
- Er miðstöð læknisfræðilegrar þjónustu sjúkraflugs í landinu
- Er með alþjóðlega gæðavottun á starfsemi sinni og er fyrsta heilbrigðisstofnunin á Íslandi til að hljóta slíka vottun
- Er með jafnlaunavottun skv. IST-85 frá árinu 2019

Sjúkrahúsið býður upp á krefjandi og áhugaverð störf í fjölbreyttu og spennandi starfsumhverfi með góðri handleiðslu og býður upp á tækifæri til starfsþróunar með markvissri þjálfun og fræðslu.

Ef þú hefur áhuga á að koma og vinna á lifandi og fjölbreyttum vinnustað þá er Sjúkrahúsið á Akureyri góður kostur.

Við tökum vel á móti þér.