

CHOLESTEROL HDL GIÚP GIẢM NGUY CƠ UNG THƯ RUỘT

Theo một kết quả nghiên cứu đăng trên tạp chí Gut, các nhà khoa học đã phát hiện ra rằng, nồng độ cao cholesterol tốt (HDL) có thể giúp cắt giảm nguy cơ bị ung thư ruột.

Các nhà khoa học đã nghiên cứu phân tích các dữ liệu về những người tham dự vào một nghiên cứu điều tra về dinh dưỡng và ung thư ở châu Âu (EPIC), nhằm xem xét tác động lâu dài của chế độ ăn uống đối với việc phát triển các triệu chứng ung thư ở hơn một nửa triệu người ở châu Âu.

Có khoảng 1.200 những người bị các chứng bệnh ung thư ruột và trực tràng đã nhất trí tham gia vào nghiên cứu EPIC để đối chiếu so sánh với 1.200 người khỏe mạnh khác ở cùng độ tuổi, giới tính và quốc tịch.

Các nhà khoa học đã lấy các mẫu máu của cả hai nhóm này khi tham gia nghiên cứu và hoàn thành các câu hỏi điều tra về chế độ ăn uống nhằm xác định những sự khác nhau giữa hai nhóm. Kết quả phân tích cho thấy, những người có nồng độ cholesterol tốt và một loại mỡ trong máu khác được gọi là apolipoprotein A (apoA - một nhân tố của cholesterol HDL) cao nhất thì có nguy cơ thấp nhất bị ung thư ruột.

Cụ thể, nếu nồng độ cholesterol HDL cứ tăng thêm 16,6mg/dl và/hoặc nồng độ mỡ apoA tăng 32mg/dl thì nguy cơ bị ung thư ruột giảm tương ứng 22% và 18%. Kết quả này sau khi đã tính đến các yếu tố chế độ ăn, lối sống và trọng lượng cơ thể. Tuy nhiên, cholesterol HDL và mỡ apoA không có tác động đối với nguy cơ mắc bệnh ung thư trực tràng.

Cholesterol tốt là một thứ chất đậm béo vận chuyển Cholesterol về gan cho gan phá huỷ đi. Chất đậm béo này nặng, có tỷ trọng cao, tên tắt là HDL. Những người có nhiều HDL thì giảm được nguy cơ đứng tim và tai biến mạch máu não. Nếu HDL ít quá, thì rủi ro đứng tim và tai biến mạch máu não nhiều lên. HDL trong máu bị thấp, có thể là do di truyền, nhưng nếu tập luyện thể lực nhiều, thì HDL sẽ tăng cao.

Ung thư ruột là cụm từ được dùng để chỉ chung cho bệnh ung thư ruột kết và ung thư trực tràng. Đây là hai bộ phận "cửa ngõ" cuối của quá trình tiêu hóa thức ăn nên bất cứ một sai sót gì của hệ tiêu hóa cũng dễ gây nên những bất thường trong sự phát triển tế bào ở những nơi này.

Khi bộ máy tiêu hóa gặp rắc rối, đa phần các khối u sẽ dễ phát triển ở ruột kết và trực tràng hơn các bộ phận khác. Ngoài ra, khi tế bào ung thư xuất hiện và phát triển ở hai bộ phận này, có rất nhiều triệu chứng tương tự nhau. Ung thư ruột là căn bệnh có số người mắc cao thứ hai, chỉ xếp sau ung thư phổi, nhưng tỷ lệ chữa trị thành công lên đến 90% nếu phát hiện sớm.