

Ερευνητές, μαθητές διδακτορικού και συνεργάτες της Health 2020

Η ανάλυση των δεδομένων της Health 2020 τελείται από μια ομάδα ερευνητών που εδρεύουν στο Κέντρο Επιδημιολογίας του Καρκίνου του The Cancer Council Victoria. Η ομάδα βοηθείται ικανά από μαθητές διδακτορικού οι οποίοι εργάζονται σε εξειδικευμένες μελέτες, και οι οποίοι με τη σειρά τους καθοδηγούνται από τους έμπειρους ερευνητές της Health 2020.

Οι κύριοι ερευνητές του The Cancer Council Victoria είναι ο **Καθηγητής Graham Giles**, ο **Υφηγητής Dallas English**, η **Dr Julie Simpson**, ο **Dr Gianluca Severi** και η **Dr Laura Baglietto**.

Οι μαθητές του διδακτορικού και οι ειδικότερες τους είναι ο **Dr Andrew Haydon** (η επιβίωση στον καρκίνο του εντέρου), ο **Robert MacLinnis** (το μέγεθος του σώματος και ο καρκίνος), η **Allison Hodge** (ο διαβήτης τύπου 2 και η διατροφή), η **Elaine Chong** (η εκφύλιση της ωχρής κηλίδας που σχετίζεται με την ηλικία και τη διατροφή) και η **Linton Harris** (το αλκοόλ, η διατροφή και η καρδιαγγειακή θνησιμότητα).

Συνεργάτες Έρευνας

Είμαστε επίσης τυχεροί να συνεργαζόμαστε με άλλους ερευνητές από άλλα μέρη της Αυστραλίας και απ' όλο τον κόσμο, η συμμετοχή των οποίων δίνει τη δυνατότητα να εξεταστούν πλήρως τα δεδομένα στην Health 2020. Τα ονόματα των συνεργατών, και οι τομείς συμμετοχής τους με τα δεδομένα της Health 2020, καταγράφονται παρακάτω.

Έρευνα καρκίνου:

Ο **Καθηγητής John Hopper** (καρκίνος), Πανεπιστήμιο της Μελβούρνης, Βικτόρια· ο **Dr David Forman** (καρκίνος του στομάχου) Πανεπιστήμιο του Leeds, ΜΒ· ο **Καθηγητής Michael Abramson** (καρκίνος του πνεύμονα),

Πανεπιστήμιο του Monash, Βικτόρια· ο **Καθηγητής John Pederson** (καρκίνος του προστάτη) και η **Καθηγήτρια Catriona McLean** (καρκίνος του μαστού), Νοσοκομείο Alfred, Βικτόρια· ο **Καθηγητής Jeremy Jass**, Πανεπιστήμιο του McGill Μόντρεαλ, Καναδά· η **Dr Joanne Young** (καρκίνος του εντέρου) Ινστιτούτο Ιατρικής Έρευνας Queensland, Queensland

Καρδιαγγειακή και μεταβολική έρευνα (συμπεριλαμβάνεται η καρδιακή πάθηση, η συμφόρηση κι ο διαβήτης):

Ο **Dr Andrew Tonkin** κι η **Dr Diana Magliano** Πανεπιστήμιο Monash, Βικτόρια· ο **Dr Kevin Rowley**, Νοσοκομείο St Vincent, Βικ· η **Καθηγήτρια Kerin O'Dea**, Σχολείο Υγείας Menzies, Βόρεια Επικράτεια

Πάθηση σχετιζόμενη με τα μάτια:

Ο **Καθηγητής Hugh Taylor**, η **Dr Robyn Guymer** και η **Dr Tien Wong**, Κέντρο Έρευνας Οφθαλμού Αυστραλίας, Βικτόρια

Παρεμβάσεις και συμπεριφορά:

Ο **Καθηγητής David Hill**, η **Dr Melanie Wakefield** κι η **Dr Victoria White**, Το The Cancer Council, Victoria

Υγιή γηρατεία και άλλες μελέτες:

Ο **Καθηγητής John McCallum** (υγιή γηρατεία), Πανεπιστήμιο Τεχνολογίας της Βικτόρια· ο **Καθηγητής Leon Flicker** (υγιή γηρατεία), Πανεπιστήμιο της Δυτικής Αυστραλίας· η **Υφηγητής Leonie Segal** (τα γηρατεία κι η χρήση των υπηρεσιών υγείας), Πανεπιστήμιο Monash, Βικτόρια· ο **Καθηγητής Stephen Graves** (οστεοαρθρίτιδα) Νοσοκομείο Royal Melbourne, Βικτόρια· **Υφηγητής Dorota Gertig** (πάθηση σιδήρου), Το Πανεπιστήμιο Μελβούρνης, Βικτόρια

Δημοσιεύσεις της Health 2020

Παρακάτω είναι ένας κατάλογος από επιστημονικές δημοσιεύσεις από την έρευνα της Health 2020 που δημοσιεύτηκαν σε ιατρικά και επιστημονικά περιοδικά από την έκδοση τελευταίο ενημερωτικό δελτίο.

Εάν είστε χρήστης του Ίντερνετ, μπορεί να θέλετε να γνωρίζετε ότι μερικές δημοσιεύσεις μπορούν να εξεταστούν δωρεάν στο διαδύκιο. Η καλύτερή σας επιλογή είναι να ερευνησετε δια μέσω της PubMed, η οποία είναι μια υπηρεσία της Εθνικής Βιβλιοθήκης της Ιατρικής των ΗΠΑ. Ερευνηστε για μερικές κίριες λέξεις, και μετά κάνετε κλικ στο σύνδεσμο για την περίληψη.

(Μελέτες Συνεργασίας Ομάδων ανθρώπων της Ασίας Ειρηνικού. Συγκρίσεις της παχυσαρκίας των εθνικότητων στην περιοχή της Ασίας-Ειρηνικού: πρωτόκολλο για μια αμοιβαία γενική επισκόπηση συχρονικών μελετών. Obesity reviews 2005 Αυγ 6(3): 193–8.)

(Μελέτες Συνεργασίας Ομάδων ανθρώπων της Ασίας Ειρηνικού. Έχει σημασία το φύλο στη σχέση μεταξύ των παραδοσιακών παραγόντων κινδύνου και της θανατηφόρου στεφανιαίας καρδιακής πάθησης; (Έγινε αποδεκτό στο J Women's Health 7 Σεπτεμβρίου 2005)

(Baglietto L, English DR, Gertig DM, Hopper JL, Giles GG. Έχει η κατανάλωση φολικού οξέως στη διατροφή έχει μετατροπές στις επιδράσεις της κατανάλωσης αλκοόλ στον κίνδυνο καρκίνου του μαστού; Μελλοντική μελέτη ομάδας ανθρώπων. BMJ 2005;331:807–10.)

(Giles GG, Simpson JA, English DR, Hodge AM, Gertig DM, MacLinnis RJ, Hopper JL. Ο υδατάνθρακας της διαίτας, οι ίνες, ο γλυκαιμικός δείκτης, το γλυκαιμικό φορτίο και ο κίνδυνος καρκίνου του μαστού μετά την εμμηνόπαυση. Int J Cancer 10.1002/ijc.21548.)

(Giles GG, English DR, MacLinnis RJ, Hopper JL. Το μέγεθος και η σύνθεση του σώματος και ο κίνδυνος γαστρικού και οισοφαγικού αδενοκαρκινώματος. (Έγινε αποδεκτό στο Int J Cancer 6 Σεπτεμβρίου 2005)

(Haydon AM, MacLinnis RJ, English DR, Giles GG. Η επίδραση της φυσικής δραστηριότητας και του μεγέθους του σώματος στην επιβίωση μετά από διάγνωση με ορθοπρωκτικό καρκίνο. Gut 2005;21 Ιουν (ηλεκτρονική

διάθεση πριν την εκτύπωση)

(Haydon AM, MacLinnis RJ, English DR, Morris H, Giles GG. Η φυσική δραστηριότητα, IGF-1, IGFBP-3 και η επιβίωση από τον ορθοπρωκτικό καρκίνο. (Έγινε αποδεκτό στο Gut 26 Οκτωβρίου 2005))

(MacLinnis R, English DR, Hopper JL, Gertig DM, Haydon AM, Giles GG. Το μέγεθος και η σύνθεση του σώματος και ο κίνδυνος λεμφοματοποιητικών κακοήθων όγκων. J Natl Cancer Inst J Cancer 10.1002/ijc.21508.)

(MacLinnis RJ, English DR, Hopper JL, Giles GG. Το μέγεθος και η σύνθεση του σώματος και ο κίνδυνος λεμφοματοποιητικών κακοήθων όγκων. J Natl Cancer Inst 2005 Aug 3;97(15):1154–7)

(Haydon AM, MacLinnis RJ, English DR, Giles GG. Η συνηθισμένη διαίτα πριν τη διάγνωση και η επιβίωση στον καρκίνο του στήθους. Asia Pacific Journal of Clinical Oncology 2005;1:98–104.)

(Gertig DM, Fletcher AS, English DR, MacLinnis RJ, Hopper JL, Giles GG. Η ορμονική θεραπεία υποκατάστασης και ο καρκίνος του στήθους: ποιοι παράγοντες τροποποιούν τη σχέση; (Έγινε αποδεκτό στο Menopause 29 Ιουνίου 2005))

(Simpson JA, MacLinnis RJ, English DR, Gertig DM, Morris HA, Giles GG. Σύγκριση των επιπέδων οιστραδιόλης μεταξύ των γυναικών με υστερεκτομή και διατήρηση των ωοθηκών με γυναίκες με άθικτη μήτρα. Climacteric (σύντομη αναφορά) 2005;8:300–3.)

Πως μπορώ να μάθω για την έρευνα της Health 2020;

Γνωρίζετε ότι η Health 2020 είναι επίσης γνωστή σαν Μελέτη Συνεργασίας Ομάδων ανθρώπων της Μελβούρνης (Melbourne Collaborative Cohort Study); Όταν έρευνα που βασίζεται στην Health 2020 δημοσιεύεται σε ιατρικά περιοδικά, αυτός είναι ο τίτλος μελέτης που χρησιμοποιούμε. Γι αυτό εάν ψάχνετε στο Ίντερνετ, κοιτάξε για τη 'Melbourne Collaborative Cohort Study'. Περισσότερες πληροφορίες υπάρχουν στην The Cancer Council Victoria website www.cancervic.org.au

Η άσκηση και η επιβίωση στον καρκίνο του εντέρου

Τα πορίσματα από την Health 2020

Η έρευνα από την Health 2020 που δημοσιεύτηκε πρόσφατα παρέχει καινούρια στοιχεία για τη σημασία της άσκησης στην υγεία – σ' αυτή την περίπτωση, η επίδραση της άσκησης και του βάρους του σώματος στην επιβίωση στον καρκίνο.

Η μελέτη, της οποίας ο κύριος ερευνητής ήταν ο Andrew Haydon, ένας από τους μαθητές μας διδακτορικού, εξέτασε πάνω από 500 άτομα στη μελέτη που είχαν εμφανίσει καρκίνο του εντέρου.

Ο Dr Haydon εξέτασε δεδομένα της Health 2020 στο βάρος και τα επίπεδα άσκησης σ' αυτούς τους συμμετέχοντες πριν τη διάγνωση. Είναι δεδομένο ότι η έλλειψη γυμναστικής και το να είσαι παχύσαρκος, αυξάνει την πιθανότητα για τον καρκίνο του εντέρου. Ο Dr Haydon ήθελε ν' ανακαλύψει εάν αυτά τα δύο πράγματα επηρεάζουν την επιβίωση μετά τη διάγνωση με καρκίνο.

Ανακάλυψε ότι:

- άτομα με καρκίνο του εντέρου που συμμετείχαν σε συχνή άσκηση πριν τη διάγνωσή τους είχαν καλύτερη επιβίωση σε σχέση με τα άτομα που δεν συμμετείχαν – και η επίδραση ήταν τουλάχιστον όσο σημαντική ήταν η επίδραση της συμπληρωματικής χημειοθεραπείας
- άτομα με καρκίνο του εντέρου που ήταν παχύσαρκοι πριν τη διάγνωση είχαν μικρότερη επιβίωση από τα άτομα που δεν ήταν παχύσαρκοι.

Πως προσθέτει αυτό στην παγκόσμια γνώση για τον καρκίνο;

Αυτό προσθέτει στα αυξανόμενα αποδεικτικά στοιχεία ότι η άσκηση και το βάρος επηρεάζουν πως αναπτύσσεται ο καρκίνος. Ακόμη, δείχνει ότι η άσκηση και το βάρος μπορεί να επηρεάζουν

την επιβίωση των ατόμων αφού εμφανιστεί ο καρκίνος.

Τι σημαίνει αυτό για την επιβίωση στον καρκίνο;

Αυτό είναι ένα συναρπαστικό αποτέλεσμα. Επιδεικνύει άλλη μια φορά τη σημασία της τακτικής άσκησης και τη διατήρηση ενός υγιούς βάρους. Γι αυτούς που ήταν αρκετά άτυχοι ν' εμφανίσουν καρκίνο του εντέρου, το βάρος τους και τα επίπεδα άσκησης πριν τη διάγνωση μπορεί να έχουν ένα άμεσο αντίκτυπο στο πως εξελίσσεται η ασθένειά τους: τα άτομα σ' αυτή τη μελέτη που ασκούσαν συχνά και δεν ήταν παχύσαρκοι ζήσανε περισσότερο μετά τη διάγνωση.

Ο Dr Haydon επισημαίνει ότι χρειάζεται επιβεβαίωση των αποτελεσμάτων. Αυτή θα ενισχύσει τα μηνύματα προώθησης υγείας που παροτρύνουν τον κόσμο να διατηρούν ένα ιδεώδες σωματικό βάρος και να ασκούνται συχνά. Αυτό όχι μόνο θα ελαττώσει τα ποσοστά καρκίνου του εντέρου, αλλά θα βελτιώσει επίσης των χρόνων επιβίωσης των ατόμων, σε περίπτωση που γίνει διάγνωση καρκίνου του εντέρου.

Ποιος επιχορηγεί την Health 2020;

Η μελέτη του The Cancer Council Victoria είναι μεγάλη και συνεπάγεται πολλά έξοδα στην επερώτηση χιλιάδων ατόμων κάθε μερικά χρόνια, καθώς και στη συλλογή και αποθήκευση δειγμάτων, κατόπι στην ταξινόμηση και την ανάλυση των δεδομένων. Αν και αυτή η μελέτη επιχορηγείται από τους κατοίκους της Βικτόρια μέσω δωρεών στο Συμβούλιο του Καρκίνου, ήμασαν επίσης τυχεροί να έχουν κερδίσει την υποστήριξη του VicHealth και του Εθνικού Συμβουλίου Υγείας και Ιατρικής Έρευνας (National Health and Medical Research Council).

HEALTH 2020 news

Φεβρουάριος 2006

Το φολικό οξύ, το αλκοόλ και ο καρκίνος του μαστού

Ευρήματα από την Health 2020

Το αλκοόλ είναι γνωστό ότι αυξάνει τον κίνδυνο καρκίνου του μαστού στις γυναίκες. Η ερευνήτρια Laura Baglietto, που εδρεύει στο Κέντρο Επιδημιολογίας του Καρκίνου στο The Cancer Council, Victoria, ανέλυσε τα δεδομένα της Health 2020 για να εξακριβώσει εάν μια διατροφική πλούσια σε φολικό οξύ μπορεί να προσφέρει κάποια προστασία σε γυναίκες που πίνουν αλκοόλ.

Το φολικό οξύ είναι μια βιταμίνη που βρίσκεται σε λαχανικά όπως σπανάκι, το σπαράγγι, και τα αβοκάντο, τα εσπεριδοειδή και τα ξηρά ρεβίθια και φασόλια.

Η Dr Baglietto εξέτασε στη μελέτη τα ποσοστά καρκίνου του μαστού στις γυναίκες που έπιναν αλκοόλ και πόσο φολικό οξύ είχαν στη διατροφή τους. Ανακάλυψε ότι:

- οι γυναίκες με υψηλή κατανάλωση αλκοόλ και με χαμηλή κατανάλωση από φολικό οξύ είχαν έναν αυξημένο κίνδυνο για καρκίνο του μαστού
- οι γυναίκες με υψηλή κατανάλωση αλκοόλ και με μέτρια με υψηλή κατανάλωση

από φολικό οξύ δεν είχαν καθόλου αυξημένο κίνδυνο για καρκίνο του μαστού.

Πως προσθέτει αυτό στην παγκόσμια γνώση για τον καρκίνο;

Σύμφωνα με τη Dr Baglietto, η μελέτη παρέχει πρόσθετες πληροφορίες για την αλληλεπίδραση του φολικού οξέως και του αλκοόλ στον καρκίνο του μαστού. Σημαντικά, «ενισχύει τις ενδείξεις ότι το επαρκές διαίτολόγιο φολικού οξέως μπορεί να προστατεύει κατά του αυξημένου κινδύνου καρκίνου του μαστού εξ αιτίας του αλκοόλ,» λέγει.

Τι σημαίνει αυτό για τη μείωση του κινδύνου του καρκίνου;

Γυναίκες που πίνουν πιο πολύ (πάνω από 45 γρ. την ημέρα, το οποίο είναι περίπου τέσσερα και μισό αλκοολούχα ποτά) έχουν ένα αυξημένο κίνδυνο καρκίνου του μαστού. Έχοντας τουλάχιστον 330 μικρογραμμάρια φολικού οξέως κάθε ημέρα (που ισοδυναμεί με το φολικό οξύ σε, για παράδειγμα,



100 γρ. μπρόκολο, 60 γρ. σπανάκι και μισό αβοκάντο) προκύπτει ότι μειώνουν αυτό τον αυξημένο κίνδυνο. Αυτές είναι χρήσιμες πληροφορίες για γυναίκες οι οποίες αλλιώς θέτουν τον εαυτό τους σε κίνδυνο καρκίνου του μαστού.

Σημαίνει αυτό ότι κάνει να πίνετε αλκοόλ κάθε μέρα; Το αλκοόλ είναι συνδεδεμένο με πολλούς διαφορετικούς καρκίνους και αυξάνοντας τα επίπεδα κατανάλωσης φολικού οξέως δεν θα ελαττώσει απαραίτητα τους κινδύνους από αλκοόλ σε όλους αυτούς τους καρκίνους. Γι' αυτό εάν είναι να πιείτε, πιείτε συκρατημένα. Για περισσότερες πληροφορίες δέστε ολόκληρο το άρθρο της Dr Baglietto στο Ίντερνετ στο επιστημονικό περιοδικό British Medical Journal στο www.bmj.com

Ευχαριστούμε που παίρνετε μέρος στην Health 2020

Κάνοντας αυτό, βοηθάτε τους Αυστραλούς ερευνητές να υπολογίσουν τις περίπλοκες συνθήκες με τις οποίες η γενετική, ο τρόπος ζωής και άλλοι παράγοντες συμβάλλουν στην υγεία και στην ασθένεια. Αυτό προσθέτει στην παγκόσμια γνώση. Ελπίζουμε ότι στο μέλλον, αυτή η γνώση θα βοηθήσει τον καθένα να ζουν πιο υγιεινές ζωές.

Αυτό το δελτίο σας δείχνει μερικούς από τους τρόπους στους οποίους η Health 2020 μας λέγει περισσότερα για το καρκίνο και για άλλες ασθένειες. Ελπίζω ότι όπως διαβάζετε για την ενδιαφέρουσα έρευνα καταλαβαίνετε –αν δεν το ξέρατε μέχρι τώρα– την αξία των προσπαθειών της Health 2020 για να καταλάβουμε περισσότερα για τις αιτίες και τους κινδύνους της ασθένειας.

Οι ερευνητές και το προσωπικό της Health 2020 αισθάνονται προνομιούχοι να είναι μέρος αυτής της μεγάλης και εξαιρετικά ενδιαφέρουσας μελέτης. Σ' αυτό το ενημερωτικό δελτίο παρουσιάζουμε μερικούς από τους ανθρώπους που συνεισφέρουν ώστε να καταστεί η Health 2020 μια μελέτη διεθνούς σημασίας, συμπεριλαμβανόμενων και των μαθητών μας διδακτορικού και του προσωπικού πρόσληψης.

Είμαστε ευχαριστημένοι επειδή τόσοι πολλοί από σας είστε γεμάτοι ενθουσιασμό για την Health 2020. Οι ερωτήσεις σας μας λένε ότι έχετε μεγάλη περιέργεια για αυτό που ψάχνουμε, και γιατί. Ευχόμαστε ότι η συμμετοχή σας είναι μια πολύτιμη εμπειρία, όσο είναι για μας.

Τα θερμά μας συγχαρητήρια για όλους που έχουν λάβει μέρος στην Health 2020 ιδιαίτερα σ' αυτούς που ήταν στο επακόλουθο στάδιο. Εάν δεν έχετε κάνει ακόμη το επόμενο ραντεβού, παρακαλούμε να το κάνετε τηλεφωνώντας στο 9635 5322.

Δεν μπορούμε να το τονίσουμε αρκετά ότι η συμμετοχή του κάθε προσώπου είναι σημαντική.

Καθηγητής Graham Giles
Κύριος Ερευνητής, Health 2020

Γιορτάζοντας 20.000 συμμετέχοντες

Η Health 2020 είναι στη μέση της παρακολούθησης όλων των 41.500 ατόμων που έλαβαν μέρος στη μελέτη μεταξύ του 1990 με 1994. Αρχίσαμε αυτή την ακόλουθη παρακολούθηση το 2003 και ελπίζουμε να τελειώσουμε το 2006.

Η επόμενη επίσκεψή σας περιλαμβάνει την προσθήκη νέων πληροφόρητων πληροφοριών στοιχείων στη συγκατάθεσή σας, τη συμπλήρωση ενός ερωτηματολογίου της διαίτας, μια διαβούλευση και τη λήψη ενός δείγματος αίματος. Καταφέρνουμε να κάνουμε όλα αυτά σε 1,5 ώρα περίπου.

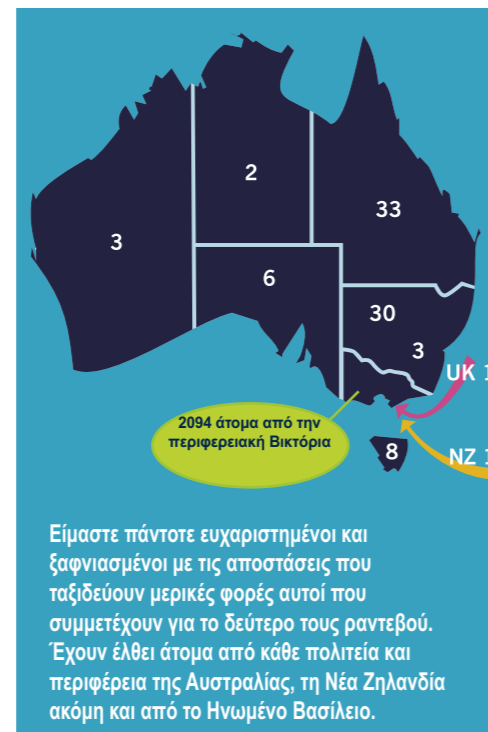
Σχεδιάζουμε τρόπους να παρακολουθούμε τις εξελίξεις αυτών που συμμετέχουν στη περιφερειακή Βικτόρια, σε άλλες πολιτείες και στο εξωτερικό τον επόμενο χρόνο. Είμαστε κατευχαριστημένοι όταν κάνετε το ταξίδι στη Μελβούρνη για να μας δείτε, αλλά να θυμάστε ότι εάν χρειάζεται μπορούμε να κανονίσουμε τηλεφωνικές διαβουλεύσεις.

Είμαστε ευχαριστημένοι να έχουμε στο πρόγραμμά μας το Melbourne Pathology. Έχουν ανοίξει τοπικά κέντρα μελέτης σε όλη τη Μελβούρνη έτσι ώστε να μπορείτε να κάνετε τη δεύτερη επίσκεψη πιο κοντά στο σπίτι σας. Τώρα έχουν κέντρα μελέτης στο Preston, στο Footscray και στο Peninsula, **αλλά παρακαλούμε**

να κλείσετε ραντεβού δια μέσω της Health 2020 στο 9635 5322.

Τον ερχόμενο χρόνο θα προστεθεί ένα κέντρο στο Manningham. Το Melbourne Pathology μπορεί επίσης να επισκεφτεί τους συμμετέχοντες που δεν μπορούν να ταξιδεύσουν στο σπίτι.

Μια υπόμνηση ότι το κέντρο μελέτης του Carlton είναι ανοικτό από τις 8 πμ μέχρι τις 12 μμ Δευτέρα με Παρασκευή και 9 πμ μέχρι τις 12 μμ τα περισσότερα Σάββατα.



Είμαστε πάντοτε ευχαριστημένοι και ξαφνιασμένοι με τις αποστάσεις που ταξιδεύουν μερικές φορές αυτοί που συμμετέχουν για το δεύτερο τους ραντεβού. Έχουν έλθει άτομα από κάθε πολιτεία και περιφέρεια της Αυστραλίας, τη Νέα Ζηλανδία ακόμη και από το Ηνωμένο Βασίλειο.

Γιατί κάθε πρόσωπο που παίρνει μέρος είναι σημαντικό στην Health 2020;

Μερικές φορές άνθρωποι μας λένε ότι δε νομίζουν ότι ο ρόλος τους στη μελέτη είναι σημαντικός: επειδή ήταν άρρωστοι, επειδή ήταν καλά ή επειδή 'υπάρχουν τόσοι πολλοί άνθρωποι στη μελέτη'. Όλοι αυτοί είναι λόγοι για τους οποίους ο κάθε άνθρωπος είναι ζωτικός για αυτή την έρευνα. Εάν ήσασταν άρρωστοι,

μπορεί να υπάρχει κάτι σε σας που μπορεί να μας δώσει καινούριες πληροφορίες για το τι προκαλεί ασθένεια. Εάν ήσασταν καλά, τότε θέλουμε να μάθουμε τι είναι σχετικά με σας που θα μπορούσε να ωφελήσει άλλους! Η Health 2020 είναι σαν ένα παζλ: εάν κάποιος αποσυρθεί, χάνουμε ένα κρίσιμο κομμάτι. Γι αυτό μην υποτιμάτε το ρόλο σας στη μελέτη: το κάθε πρόσωπο είναι εξίσου σημαντικό.

Ο εντοπισμός ενός μικρόβιου καρκίνου του στομάχου

Ευρήματα από την Health 2020

Μπορεί να έχετε ακούσει ότι τα στομαχικά έλκη προκαλούνται από ένα βακτήριο που λέγεται ελικοβακτηρίδιο του πυλωρού (H. pylori) – και ότι αυτή η ανακάλυψη έγινε από τους Αυστραλούς ερευνητές Barry J Marshall και Robin Warren (οι οποίοι κέρδισαν το Βραβείο Νόμπελ 2005 για τη Φυσιολογία ή την Ιατρική)

Γνωρίζατε ότι το ίδιο μικρόβιο μπορεί να προκαλέσει κυτταρικές αλλαγές οι οποίες μπορεί να προκαλέσουν καρκίνο του στομάχου;

Ο David Forman, ένας ερευνητής που έχει έδρα στο Πανεπιστήμιο του Leeds, εξέτασε τα δεδομένα της Health 2020. Ανακάλυψε ότι ο κίνδυνος του μη-καρδιο γαστρικού καρκίνου που σχετίζεται με μόλυνση H. pylori ήταν μεγαλύτερος απ' ό,τι υπολογίζονταν προηγουμένως. (Ο μη-καρδιο γαστρικός καρκίνος είναι ένας κοινός καρκίνος του στομάχου.)

Πως προσθέτει αυτό στην παγκόσμια γνώση για τον καρκίνο;

Ο Dallas English, ένας ερευνητής της Health 2020, εξήγηε τη σημασία

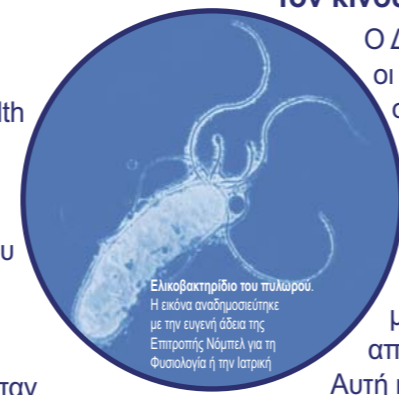
του ευρήματος: 'Υπήρξε κάποια δυσπιστία ότι το H. Pylori προκαλεί καρκίνο του στομάχου. Για να είναι μια μόλυνση η αιτία ενός καρκίνου, θα περιμένατε να δείτε μια πολύ μεγαλύτερη συνάφεια, αλλά μέχρι τώρα αυτή υπήρξε πραγματικά χωρίς πειστικότητα. Αυτή η καινούρια έρευνα παρουσιάζει μια δυνατή σχέση. Εκτός αυτού, είναι η πρώτη προοπτική μελέτη που παρέχει αυτά τα στοιχεία. Θα αφαιρέσει πολλή από τη δυσπιστία.'

Τι σημαίνει αυτό για τη μείωση του κινδύνου καρκίνου

Ο Δρ. English λέγει ότι οι άνθρωποι που έχουν στομαχικά έλκη και άλλα στομαχικά προβλήματα μπορεί να επιθυμούν να δουν το γιατρό τους. 'Τα άτομα που είναι μολυσμένα με το H. pylori μπορούν να κάνουν μια απλή αγωγή με αντιβιοτικά.

Αυτή η απλή θεραπευτική αγωγή μπορεί επίσης να μειώσει τον κίνδυνο καρκίνου του στομάχου.'

Παρακαλούμε να προσέξετε ότι το H. pylori είναι μια κοινή μόλυνση και όχι το κάθε άτομο που έχει τη μόλυνση θα εμφανίσει καρκίνο του στομάχου. Αλλά εάν έχετε οποιαδήποτε ανησυχητικά συμπτώματα να δείτε το γιατρό σας.



Ελικοβακτηρίδιο του πυλωρού. Η εικόνα αναπαραστάθηκε με την άδεια δόξα της Επιτροπής Νοσήτων για τη Φυσιολογία ή την Ιατρική.

Τι είναι η επιδημιολογία;

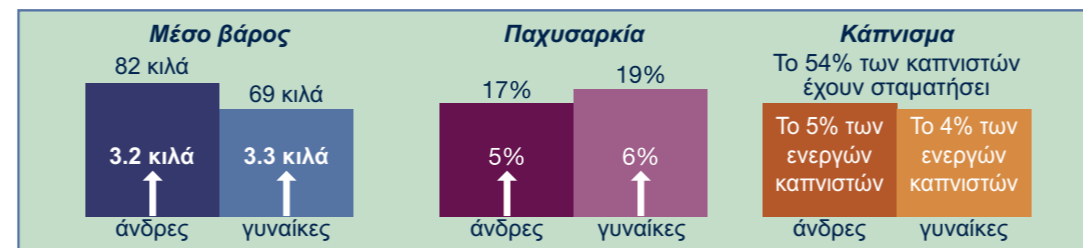
Η Health 2020 είναι μια μελέτη επιδημιολογίας. Αυτό είναι ένα είδος ιατρικής έρευνας. Οι επιδημιολόγοι:

- αναγνωρίζουν μίαν ασθένεια της οποίας θέλουν να ξέρουν τα αίτια που την προκαλούν ή τους κινδύνους που δημιουργεί
- μελετούν έναν πληθυσμό για να ανακαλύψουν ποια άτομα έχουν την ασθένεια και ποια δεν την έχουν
- μελετούν τους κοινούς παράγοντες στα άτομα που έχουν την ασθένεια και σ' αυτά που δεν έχουν την ασθένεια
- μετά συνδυάζουν αυτό με άλλη επιστημονική γνώση για να υπολογίσουν ποιοι παράγοντες μπορεί να προκαλέσουν την ασθένεια και ποιοι βοήθησαν να την αποτρέψουν.

Για παράδειγμα, ήταν ένας Άγγλος επιδημιολόγος, ο Sir Richard Doll, ο οποίος απέδειξε πρώτος στη δεκαετία του 1950 τη σχέση μεταξύ καπνίσματος και καρκίνου του πνεύμονα. Σύγκρινε άτομα με καρκίνο του πνεύμονα και χωρίς καρκίνο του πνεύμονα, και κοίταξε τους παράγοντες, περιλαμβανομένου και του καπνίσματος, που είχαν από κοινού και που δεν είχαν από κοινού. Αφού ανακάλυψε ότι ο κίνδυνος καρκίνου του πνεύμονα ήταν άμεσα σχετιζόμενος με την ποσότητα που κάποιος κάπνιζε, συμπεράνε ότι το κάπνισμα ήταν η αιτία των περισσότερων καρκίνων του πνεύμονα: ένα εύρημα το οποίο έχει επαληθευθεί πολλές φορές από τότε.

Μερικά αποτελέσματα από την παρακολούθηση

Μερικές ενδιαφέρουσες πληροφορίες έχουν ήδη προκύψει από αυτό το γύρο της παρακολούθησης αυτών που συμμετέχουν στην Health 2020.



Το μέσο σωματικό βάρος έχει αυξηθεί, όπως έχει επίσης η παχυσαρκία. Τα πολύ καλά νέα είναι ότι λιγότεροι καπνίζουν: το 54% των καπνιστών από την αρχή της μελέτης το έκοψαν. Ένα άλλο ενδιαφέρον εύρημα είναι ότι το ποσοστό των θανάτων από καρκίνο και συνολικών θανάτων είναι χαμηλότερος στον πληθυσμό της Health 2020 απ' ό,τι είναι στο γενικό πληθυσμό.

Ο σχέση του σιδήρου και της υγείας

Τα δεδομένα από την Health 2020 χρησιμοποιούνται όσο πιο γενικά γίνεται, για να εκμεταλλευτεί στο έπακρο η αξία της προσπάθειας που κάνετε όλοι. Γι αυτό ενώ το κύριο επίκεντρό μας είναι ο καρκίνος, υπάρχουν πολλές μη καρκινικές υπο-μελέτες στην Health 2020, οι οποίες εξετάζουν την καρδιακή πάθηση, τη συμφορόρηση, τον διαβήτη, την αρθρίτιδα και την απώλεια της όρασης.

Η HealthIron είναι μια υπο-μελέτη που εξετάζει το σίδηρο και την υγεία, συγκεκριμένα τις συνέπειες να έχετε υπερβολικό σίδηρο στο σώμα. Μια κληρονομική πάθηση που ονομάζεται αιμοχρωμάτωση μπορεί να προκαλέσει συσσώρευση σιδήρου, η οποία μπορεί να προκαλέσει χρόνια κόπωση, αρθρίτιδα και διαβήτη. Ευτυχώς, αυτή η πάθηση είναι αποτρέψιμη και θεραπεύσιμη.

Πως θα προσθέσει αυτό στην παγκόσμια γνώση για παθήσεις;

Η κύρια ερευνήτρια για τη HealthIron είναι η Dorota Gertig, η οποία εδρεύει στο Κέντρο Γενετικής Επιδημιολογίας του Πανεπιστημίου της Μελβούρνης. 'Θέλουμε να γνωρίζουμε εάν άτομα τα οποία έχουν αιμοχρωμάτωση έχουν πάντοτε συμπτώματα της πάθησης, ή εάν η διατροφή και άλλοι παράγοντες μπορεί να καθορίζουν ποιος αναπτύσσει συμπτώματα

της πάθησης. Για παράδειγμα, η διατροφή πλούσια σε κόκκινο κρέας, και κατά συνέπεια σε σίδηρο, σημαίνει ότι τα άτομα με αιμοχρωμάτωση έχουν μεγαλύτερη πιθανότητα ν' αρρωστήσουν.'

Τι σημαίνει αυτό για τη μείωση του κινδύνου από πάθηση;

Η έρευνα μπορεί να παρουσιάζει ότι τα άτομα που έχουν αιμοχρωμάτωση μπορούν να τροποποιήσουν τον τρόπο ζωής τους με ορισμένους τρόπους για

να ελαττώσουν την πιθανότητα να αναπτύξουν συμπτώματα.

Πάνω από 1000 άτομα προσκλήθηκαν να πάρουν μέρος στην υπο-μελέτη. Η επίσκεψη θα περιλάβει την απάντηση ενός μικρού ερωτηματολογίου, θα σας ξύσουν μερικά κύτταρα απαλά από το μάγουλό σας (αυτό είναι ανώδυνο) και θα σας πάρουν λίγο αίμα.

Εάν θα θέλατε περισσότερες πληροφορίες για το HealthIron, παρακαλούμε να επικοινωνήσετε με τον Nick Osborne στο 9635 5322.



Όταν τηλεφωνήσετε για να κάνετε το δεύτερο ραντεβού σας για την Health 2020, θα μιλάτε μ' ένα απ' αυτά τα μέλη του προσωπικού πρόσληψης: Πάνω σειρά (από αριστερά προς τα δεξιά): Georgina Marr, Silvana Zaccari, Gaetano Mazza, Emmy Gavrilidis, Sia Bourboulis, Lynette Magliano. Κάτω σειρά (από αριστερά προς τα δεξιά): Mary Vasiliadis, Mary Kaimakamis, Terese Schillaci, Paula Mazzarella, Irma Cancian

Γιατί οι επιδημιολογικές μελέτες όπως η Health 2020 είναι σημαντικές;

Η επιδημιολογία επιβεβαιώνει διαμορφώσεις που αλλιώς μόνον υπολογίζονται. Με μελέτες μεγάλης κλίμακας, μπορούμε να παρακολουθούμε ομάδες ανθρώπων για χρόνια και να ανακαλύπτουμε

σχέσεις μεταξύ του κινδύνου καρκίνου, τον τρόπο ζωής και τη γενετική. Η Health 2020 είναι η μοναδική μελέτη του είδους της στην Αυστραλία. Από μερικές απόψεις είναι μοναδική παγκόσμια, όπως για παράδειγμα στην υψηλή συμμετοχή Ιταλών και Ελλήνων μεταναστών.