

# 30 ημέρες υγείας

ΦΡΟΝΤΙΔΑ & ΟΜΟΡΦΙΑ ΚΑΘΕ ΜΗΝΑ

ΤΕΥΧΟΣ Ν°107

Οκτώβριος - Νοέμβριος '15

■ Τιμή: 1€

ΕΝΥΔΑΤΩΣΗ  
μετά το  
καλοκαίρι

Νικήστε  
τον καρκίνο  
του μαστού

Βιταμίνες του  
φθινοπώρου

ΑΦΙΕΡΩΜΑ  
ΔΙΑΒΗΤΗΣ  
ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ



ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ

Λευτέρης Λαζάρου  
Νάντια Κοντογεώργη  
Ειρήνη Αϊνδιλή



ΑΝΤΙΓΗΡΑΝΣΗ

Ραγάδες  
απαλαθθείτε!

Διατροφικοί  
ΜΥΘΟΙ



# Γενετικοί παράγοντες για τον καρκίνο του μαστού

Περίπου 5% με 10% των περιστατικών καρκίνου μαστού θεωρείται ότι είναι κληρονομικά, που σημαίνει ότι προκύπτουν απευθείας από διαταραχές γονιδίων (ονομάζονται μεταλλάξεις) κληρονομούμενες από ένα γονέα.

Παρότι σε κάποιες οικογένειες με BRCA1 μεταλλάξεις, ο κίνδυνος ανάπτυξης κατά τη διάρκεια της ζωής καρκίνου του μαστού φθάνει το 80%, ο μέσος όρος αυτού του κινδύνου φαίνεται να βρίσκεται μεταξύ 55% και 60%. Για BRCA2 μεταλλάξεις, ο κίνδυνος είναι μικρότερος, περίπου 45%. Καρκίνοι του μαστού που συνδέονται με αυτές τις μεταλλάξεις, αναπτύσσονται πιο συχνά σε νεότερες γυναίκες και πιο συχνά

προσβάλλουν και τους δύο μαστούς απ' ότι καρκίνοι που δεν συνδέονται με αυτές τις μεταλλάξεις. Γυναίκες με αυτές τις κληρονομικές μεταλλάξεις, έχουν αυξημένο κίνδυνο για ανάπτυξη και άλλων καρκίνων, ειδικότερα καρκίνου ωθηκών. Στις Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής, οι μεταλλάξεις BRCA είναι πιο συχνές στην Εβραϊκή φυλή των Ασκενάζι (Ανατολική Ευρώπη), σε σχέση με άλλες φυλές και εθνότητες,

**BRCA1 και BRCA2:** Το πιο συχνό αίτιο κληρονομικού καρκίνου μαστού είναι μία κληρονομούμενη μετάλλαξη στα γονίδια BRCA1 και BRCA2. Στα φυσιολογικά κύτταρα, αυτά τα γονίδια προλαμβάνουν τον καρκίνο σχηματίζοντας πρωτεΐνες που προφυλάσσουν τα κύτταρα από ανώμαλη αύξηση. Εάν έχεις κληρονομήσει ένα μεταλλαγμένο αντίγραφο από κάθε γονίδιο από ένα γονέα, έχεις μεγάλο κίνδυνο για καρκίνο του μαστού κατά τη διάρκεια της ζωής σου.

αλλά μπορεί να υπάρχουν και σε οποιονδήποτε άνθρωπο.

**Μεταβολές σε άλλα γονίδια:** Άλλες γονιδιακές μεταβολές και μεταλλάξεις μπορούν, επίσης, να οδηγήσουν σε κληρονομικούς καρκίνους μαστού. Αυτές οι μεταλλάξεις είναι περισσότερο σπάνιες και συχνά δεν αυξάνουν τον κίνδυνο για καρκίνο του μαστού, όσο αυτές των BRCA γονιδίων. Δεν είναι συχνά αίτια πρόκλησης καρκίνου του μαστού.

■ **ATM:** Το ATM γονίδιο, φυσιολογικά, συμβάλλει στην επιδιόρθωση του κατεστραμμένου DNA. Κληρονομώντας δύο ανώμαλα αντίγραφα από αυτό το γονίδιο προκαλείται η νόσος «αταξία-τηλεαγγειεκτασία». Η κληρονομική απόκτηση ενός μεταλλαγμένου αντίγραφου αυτού του γονιδίου έχει συνδεθεί με υψηλό ποσοστό καρκίνου του μαστού σε κάποιες οικογένειες.

■ **TP53:** Το γονίδιο TP53 συμβάλλει στη σύνθεση μιας πρωτεΐνης που λέγεται P53 και έχει ογκοκατασταλτική δράση. Κληρονομικές μεταλλάξεις αυτού του γονιδίου προκαλούν το σύνδρομο Li-Fraumeni (ονομάστηκε έτσι από τα ονόματα των 2 ερευνητών που το περιέγραψαν πρώτοι). Άνθρωποι με αυτό το σύνδρομο παρουσιάζουν αυξημένο κίνδυνο για καρκίνο του μαστού, όπως επίσης και άλλες κακοήθειες, όπως λευχαιμία, καρκίνοι εγκεφάλου και σαρκώματα (καρκίνοι δηλαδή των οστών και του συνδετικού ιστού). Είναι σπάνιο αίτιο καρκίνου του μαστού.

■ **CHEK2:** Το σύνδρομο Li-Fraumeni μπορεί, επίσης, να προκληθεί από κληρονομικές μεταλλάξεις του γονιδίου CHEK2. Ακόμη και αν δεν προκαλεί αυτό το σύνδρομο, μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο για καρκίνο του μαστού κατά δύο φορές, όταν κληρονομείται.

■ **PTEN:** Το γονίδιο PTEN φυσιο-

λογικά βοηθά στη ρύθμιση της κυτταρικής ανάπτυξης. Κληρονομικές μεταλλάξεις αυτού του γονιδίου μπορούν να προκαλέσουν το σύνδρομο Cowden, μία σπάνια διαταραχή, στην οποία οι άνθρωποι παρουσιάζουν αυξημένο κίνδυνο τόσο για καλοήθειες, όσο και για κακοήθειες όγκους του μαστού, όπως επίσης και κακοήθειες του γαστρεντερικού συστήματος, του θυρεοειδούς, της μήτρας και των ωθηκών. Μεταλλαγές αυτού του γονιδίου μπορούν, επίσης, να προκαλέσουν ένα διαφορετικό σύνδρομο που λέγεται Bannayan-Riley-Ruvalcaba και δε φαίνεται να συνδέεται με κίνδυνο καρκίνου του μαστού. Πρόσφατα, τα σύνδρομα που προκαλούνται από το PTEN έχουν συγκεντρωθεί σε μία ολότητα που ονομάζεται PTEN Tumor Hamartoma Syndrome.

■ **CDH1:** Κληρονομικές μεταλλάξεις αυτού του γονιδίου προκαλούν κληρονομικό γαστρικό καρκίνο διάχυτου τύπου, ένα σύνδρομο, κατά το οποίο, οι ασθενείς αναπτύσσουν αυτόν το σπάνιο τύπο καρκίνου σε νεαρή ηλικία. Οι γυναίκες που φέρουν αυτές τις μεταλλάξεις, έχουν αυξημένο κίνδυνο για διηθητικό λοβιακό καρκίνο του μαστού.

■ **STK11:** Διαταραχές αυτού του γονιδίου προκαλούν το σύνδρομο reutz-jeghers. Ασθενείς με αυτήν τη διαταραχή παρουσιάζουν μελαγχρωτικές κηλίδες στα χείλη και στη στοματική κοιλότητα, πολύποδες του ουροποιητικού και γαστρεντερικού συστήματος, και έχουν αυξημένο κίνδυνο για διάφορους τύπους καρκίνου, συμπεριλαμβανόμενου και του καρκίνου του μαστού.

■ **PALB2:** Το γονίδιο PALB2 συμβάλλει στη σύνθεση μιας πρωτεΐνης που αλληλεπιδρά με την πρωτεΐνη που παράγεται από

το γονίδιο BRCA2. Μεταλλάξεις αυτού του γονιδίου μπορούν να οδηγήσουν σε αυξημένο κίνδυνο για καρκίνο του μαστού. Δεν είναι ακόμη ξεκάθαρο εάν οι μεταλλάξεις του γονιδίου PALB2, επίσης, αυξάνουν τον κίνδυνο για καρκίνο ωθηκών και ανδρικό καρκίνο του μαστού.



Γενετικός έλεγχος: Γενετικοί έλεγχοι μπορούν, πλέον, να πραγματοποιηθούν για ανίχνευση των μεταλλάξεων στα BRCA1 και BRCA2 γονίδια (ή και σε κάποια άλλα γονίδια που συνδέονται με αυξημένο κίνδυνο για καρκίνο του μαστού). Παρότι αυτοί οι έλεγχοι (testing) μπορεί να είναι βοηθητικοί σε κάποιες περιπτώσεις, τα υπέρ και τα κατά αυτής της διαδικασίας πρέπει να λαμβάνονται σοβαρά υπόψη.