

Корреляция потребления клетчатки и риска развития РМЖ

Image



Корреляция потребления клетчатки и риска развития РМЖ

Высокое потребление клетчатки коррелирует со значимым снижением риска рака молочной железы

В последнее время появляется все больше свидетельств тому, что высокие уровни циркулирующего инсулина и инсулиноподобного фактора роста 1 служат независимыми факторами риска развития рака молочной железы (РМЖ)¹⁻³.

Кроме того, подтверждена также значительная связь между уровнями половых гормонов и РМЖ⁴.

В первую очередь, пищевые волокна (по большей части растворимые) снижают уровень глюкозы в крови и повышают чувствительность к инсулину. Кроме того, они повышают сывороточные концентрации глобулина, связывающего половые гормоны, что сказывается на снижении уровня эстрогена в крови. Авторы отмечают, что увеличение в рационе клетчатки может также быть связано с повышением потребления витаминов, минералов, фитоэстрогенов и других биоактивных соединений.

Эти положения дают основание предположить, что диета с высоким содержанием клетчатки может способствовать снижению заболеваемости РМЖ за счет увеличения выработки свободных глобулинов. Подтверждением этой гипотезы может служить анализ проспективных рандомизированных исследований, опубликованный в марте 2020 г. журналом Cancer⁶. Его авторы провели систематический обзор 17 проспективных когортных исследований, 2 когортных исследований типа «случай — контроль» и 1 клинического испытания, **которые подтвердили положительную корреляцию между увеличением потребления клетчатки и снижением риска развития РМЖ** в пре- и постменопаузальный период.

Результаты суммарной оценки проведенных метаанализов с участием **в общей сложности более 5 млн женщин из Европы, США, Азии и Австралии** показали, что высокое потребление клетчатки (растворимых волокон) было связано со значительным уменьшением общей заболеваемости РМЖ⁷⁻¹². При этом

репродуктивный возраст женщины (пре- или постменопауза) не имел значения^{13,14}. Сопоставляя источники клетчатки со степенью уменьшения риска развития РМЖ, авторы подчеркнули преимущество фруктовых волокон, употребление которых коррелировало с наиболее эффективной профилактикой онкозаболеваний¹⁵.

Авторы исследования подчеркивают, что увеличение в рационе клетчатки из различных источников может быть также связано с повышением качества питания и большим потреблением витаминов, минералов, фитоэстрогенов (например, изофлавонов, лигнанов и флавоноидов) и других биоактивных соединений. Как известно, их противораковые свойства основываются на антиэстрогенной, антипролиферативной, антиангиогенной и противовоспалительной активности. Кроме того, биологически активные вещества усиливают иммунную и детоксикационную функции, снижают окислительный стресс и восстанавливают поврежденную ДНК.

Список литературы

1. Ahern T.P., Hankinson S.E., Willett W.C. et al. Plasma C-peptide, mammo-graphic breast density, and risk of invasive breast cancer. *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev.* 2013;22:1786-1796.
2. Endogenous Hormones and Breast Cancer Collaborative Group, Key T.J., Appleby P.N., Reeves G.K., Roddam AW. Insulin-like growth factor 1 (IGF1), IGF binding protein 3 (IGFBP3), and breast cancer risk: pooled individual data analysis of 17 prospective studies. *Lancet Oncol.* 2010;11:530-542.
3. Lann D., LeRoith D. The role of endocrine insulin-like growth factor-I and insulin in breast cancer. *J Mammary Gland Biol Neoplasia.* 2008;13:371-379.
4. Fortner R.T., Eliassen A.H., Spiegelman D. et al. Premenopausal endogenous steroid hormones and breast cancer risk: results from the Nurses' Health Study II. *Breast Cancer Res.* 2013;15:R19.
5. Zhang X., Tworoger S.S., Eliassen A.H., Hankinson S.E. Postmenopausal plasma sex hormone levels and breast cancer risk over 20 years of follow-up. *Breast Cancer Res Treat.* 2013;137:883-892.

6. Farvid M.S., Spence N.D., Holmes M.D., Barnett J.B. Fiber consumption and breast cancer incidence: A systematic review and meta-analysis of prospective studies [published online ahead of print, 2020 Apr 6]. *Cancer*. 2020;10.1002/cncr.32816. doi:10.1002/cncr.32816
7. Kushi L.H., Sellers T.A., Potter J.D. et al. Dietary fat and postmenopausal breast cancer. *J Natl Cancer Inst*. 1992;84:1092-1099.
8. Terry P., Jain M., Miller A.B. et al. No association among total dietary fiber, fiber fractions, and risk of breast cancer. *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev*. 2002;11:1507-1508.
9. Horn-Ross P.L., Hoggatt K.J., West D.W. et al. Recent diet and breast cancer risk: the California Teachers Study (USA). *Cancer Causes Control*. 2002;13:407-415.
10. Holmes M.D., Liu S., Hankinson S.E. et al. Dietary carbohydrates, fiber, and breast cancer risk. *Am J Epidemiol*. 2004;159:732-739.
11. Maruti S.S., Lampe J.W., Potter J.D. et al. A prospective study of bowel motility and related factors on breast cancer risk. *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev*. 2008;17:1746-1750.
12. Park Y., Brinton L.A., Subar A.F. et al. Dietary fiber intake and risk of breast cancer in postmenopausal women: the National Institutes of Health–AARP Diet and Health Study. *Am J Clin Nutr*. 2009;90:664-671.
13. Graham S., Zielezny M., Marshall J. et al. Diet in the epidemiology of postmenopausal breast cancer in the New York State Cohort. *Am J Epidemiol*. 1992;136:1327-1337.
14. Cade JE, Burley VJ, Greenwood DC; K Women's Cohort Study Steering Group. Dietary fibre and risk of breast cancer in the UK Women's Cohort Study. *Int J Epidemiol*. 2007;36:431-438.
15. Aune D., Chan D.S., Vieira A.R. et al. Fruits, vegetables and breast cancer risk: a systematic review and meta-analysis of prospective studies. *Breast Cancer Res Treat*. 2012;134:479-493.

790570/WEB/GEN/04.24/1

Source URL:

<https://www.pro.novartis.com/ru-ru/therapeutical-areas/oncology/breast-cancer/information/korrelyaciya-potrebleniya-kletchatki-i-riska-razvitiya-rmzh>