

קפה מגביר את סיכויי ההישרדות של חולי סרטן המעי הגס

המחקר מצא כי שתייה של 3-4 כוסות קפה ביום עשויה להאריך את חיהם של חולי סרטן המעי הגס גרורתי שלא ניתן לנתח. האם זה אומר שניתן להמליץ על שתיית קפה כמעין תרופה? כנראה שלא

מערכת וואלה! בריאות / 04/10/2020



שתיית קפה בצורה מתונה נקשרה לכמה יתרונות בריאותיים, כמו בריאות הלב ומערכת העיכול. כעת חוקרים מצאו כי לשתיית קפה יש השפעה מיטיבה על חולים עם סרטן המעי הגס גרורתי. בקבוצה גדולה של חולים עם סרטן המעי הגס הגרורתי, צריכה של כמה כוסות קפה ביום הייתה קשורה להישרדות ארוכה יותר ולסיכון נמוך יותר להחמרת הסרטן, כך מדווחים חוקרים במכון דנה פרבר לחקר הסרטן בבוסטון וארגונים אחרים במחקר חדש שהתפרסם ב-JAMA Oncology.

הממצאים, המבוססים על נתונים ממחקר תצפיתי גדול שהתבסס על ניסוי קליני, תואמים למחקרים קודמים שהראו קשר בין צריכת קפה קבועה לבין תוצאות משופרות בחולים עם סרטן המעי הגס הלא גרורתי. במסגרת הניסוי, המשתתפים דיווחו בשאלון על התזונה שלהם, כולל צריכת קפה. החוקרים קישרו נתונים אלה למידע על מהלך הסרטן לאחר הטיפול.

החוקרים מצאו כי בקרב 1,171 מטופלים שטופלו בסרטן המעי הגס הגרורתי, אלו שדיווחו על שתיית שתיים-שלוש כוסות קפה ביום עשויים לחיות זמן רב יותר בסך הכל, ולקח זמן רב יותר לפני שהמחלה החמירה, מאשר אלו שלא שתו קפה. למשתתפים ששתו כמויות גדולות יותר של קפה - יותר מארבע כוסות ביום - היה יתרון גדול עוד יותר במדידות אלה.

הממצאים אפשרו לחוקרים למצוא קשר, אך לא נמצא כזה של סיבה ותוצאה, בין שתיית קפה להפחתת הסיכון להתקדמות סרטן ומוות בקרב משתתפי המחקר. כתוצאה מכך, המחקר אינו מספק עילה מספקת להמליץ, בשלב זה, לאנשים הסובלים מסרטן המעי הגס המתקדם או הגרורתי להתחיל לשתות קפה על בסיס יומי או להגדיל את צריכת המשקה, אומרים החוקרים.



זו עדיין לא המלצה רשמית. קפה (צילום: Shutterstock)

"ידוע שלכמה תרכובות בקפה יש תכונות נוגדות חמצון, אנטי דלקתיות ותכונות אחרות שעשויות להיות מועילות כנגד סרטן", אומר צ'ן יואן ממכון דנה-פרבר, המחבר הראשי של המחקר. "מחקרים אפידמיולוגיים מצאו כי צריכת קפה גבוהה יותר נקשרה לשיפור ההישרדות בחולים עם סרטן המעי הגס בשלב 3, אך הקשר בין צריכת קפה להישרדות בחולים עם צורות גרורתיות של המחלה לא היה ידוע".

החוקרים מצאו כי למשתתפים ששתו שתיים-שלוש כוסות קפה ביום היה סיכון מופחת למוות ולהתקדמות הסרטן בהשוואה לאלו שלא שתו קפה. למי שצרכו יותר מארבע כוסות ביום היה יתרון גדול עוד יותר. "למרות שזה מוקדם להמליץ על צריכה גבוהה של קפה כטיפול פוטנציאלי בסרטן המעי הגס, המחקר שלנו מציע ששתיית קפה אינה מזיקה ואף עשויה להועיל", אומר מחבר המחקר הבכיר קימי נג, ממכון דנה-פרבר.

"מחקר זה מוסיף למכלול הספרות הרחב התומך בחשיבות הדיאטה וגורמים אחרים הניתנים לשינוי בטיפול בחולים עם סרטן המעי הגס", מוסיף נג, "יש צורך במחקר נוסף בכדי לקבוע אם אכן קיים קשר סיבתי בין צריכת קפה לתוצאות משופרות בחולים עם סרטן המעי הגס, ואילו תרכובות בקפה אחראיות לתועלת זו".

ואם זה לא מספיק לכם, מאמר שפורסם לאחרונה בכתב העת הרפואי הנחשב *New England Journal of Medicine* מצא כי צריכת 3-5 כוסות קפה ביום מגנה על הכבד ומפחיתה את הסיכון לכבד שומני וסרטן כבד, משפרת את התפקודים המוטוריים במוח, מגבירה ערנות ואפילו יכולה להפחית את הסיכון לחלות בפרקינסון. עוד עולה מהמחקר כי שתיית קפה נמצאה קשורה לירידה בשכיחות סרטן עור שאינו מלנומה, מלנומה, סרטן שד, סרטן רחם וסרטן הערמונית. בנוסף, שתיית 2-5 כוסות קפה ליום אף הודגמה כגורמת לירידה כללית בתמותה ממחקרים בכל רחבי העולם.

"מחקרים פרוספקטיביים מרובים מספקים הוכחות לכך ששתיית קפה אינה גורמת לעלייה בשכיחות מחלת הסרטן", אמר פרופ' אורן שבולת, מנהל המכון למחלות דרכי עיכול וכבד במרכז רפואי איכילוב תל אביב, "מבחינת תחלואה בכבד, קיימות הוכחות חזקות ששתיית קפה המכיל קפאין מורידה בצורה משמעותית את הסיכון לסרטן כבד". הוא הוסיף כי "המנגנון שבו קפה מפחית צלקת כבדית מבוסס כנראה על יכולתו לשפר מבנה של רקמות, לדוגמה על ידי הורדת יצור רקמת צלקת (קולגן) ואפשרות לפרוק צלקת. בנוסף, שתיית קפה מורידה גם את הסיכון לאבני מרה וסרטן של כיס מרה".