中国成年人乳制品摄入量与癌症风险相关

作者：writer 来源：爱科学

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/18164.html

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

中国成年人乳制品摄入量与癌症风险相关。来自中国医学科学院、北京大学和英国牛津大学的研究人员对50余万人平均随访近11年的研究显示，在中国成年人中，更多的乳制品摄入与更高的肝癌和女性乳腺癌风险相关。相关研究5月6日发表于开放获取期刊《BMC医学》。

北京大学公共卫生学院副教授余灿清和合作者利用中国嘉道理生物库前瞻性研究从510146名中国成年人收集的数据，分析了乳制品摄入量和癌症风险之间的关系。该研究在2004-2008年间从全国10个不同的地区（5个城市地区和5个乡村地区）招募年龄介于30至79岁的志愿者。这10个地区的选择是为了涵盖广泛的风险因素和疾病模式，97%的参与者为汉族人，其中59%为女性，44%居住在乡村地区。

经过培训的医学专业人员在当地专门设立调查点，通过问卷形式向参与者收集包括乳制品在内的主要食物种类的食用频率信息，以及他们的社会人口学特征、疾病史和生活方式等信息。在本项研究所包含的51万余人中，20.4%的人经常食用乳制品（每周至少一次），68.5%从不或很少食用乳制品，人群平均乳制品的消耗量为每天37.9克，而经常食用者的平均消耗量为每天80.8克。

在平均10.8年的随访期间，共记录到29277个年龄介于35-79岁的癌症病例。对包括年龄、地区、受教育程度、家庭收入、抽烟、饮酒、体力活动、癌症家族史、身体质量指数（BMI）、大豆和新鲜水果摄入量以及慢性乙肝病毒感染情况（针对肝癌）等一系列可能导致混杂效应的因素进行调整后，研究人员发现，乳制品摄入与癌症发病风险呈显著性正相关。

研究者发现，经常食用乳制品者的癌症总体发病风险提高9%、肝癌发病风险提高18%以及女性乳腺癌风险提高22%。每天每多摄入50克乳制品，总体癌症风险、肝癌风险和女性乳腺癌风险就会分别提高7%、12%和17%。他们还发现，经常食用乳制品者的淋巴瘤发病风险升高23%，但此关联在多重检验校正后失去了统计学显著性。该研究并未发现乳制品摄入与结直肠癌、前列腺癌或其他种类癌症的发病风险有显著性关联。

我们的研究是迄今为止在中国人口进行的关于乳制品摄入与癌症发病风险的首个也是规模最大的研究。该研究通讯作者、牛津大学博士杜怀东说。

截至目前，关于食用乳制品是否会影响癌症风险的总体证据在全球范围内并不一致。杜怀东表示，在中国，乳制品消费量远低于欧洲和北美，且人们通常食用的乳制品类型也略有不同。例如，中国人消耗的乳制品主要为牛奶而芝士和黄油的消耗量非常低。另外，大部分中国人属于乳糖不耐受（不能产生足够的乳糖酶来分解消化牛奶中的乳糖），因而无法很好地代谢乳制品。因此在中国人群中研究乳制品摄入与癌症风险的关联十分重要。

作者提醒，这项研究仍存在局限性，包括癌症病例的数量可能不够多，无法对一些不太常见的癌症类型进行可靠的统计学分析（比如淋巴癌和前列腺癌）。该研究属于观察性研究而非随机对照试验因此所观察到的关联性并不能用于确定乳制品摄入和癌症风险之间的因果关系。未来需要进一步的研究来探索因果关系和潜在的底层机制。

虽然我们的研究结果表明经常食用乳制品和某些癌症之间可能存在直接关联，但必须意识到乳制品所含的蛋白质、维生素和矿物质对健康十分重要。仅仅根据目前的研究结果而限制乳制品的摄入是不明智的。作者提醒道。（来源：中国科学报冯丽妃）

相关论文信息：https://doi.org/10.1186/s12916-022-02330-3

版权声明：凡本网注明来源：中国科学报、科学网、科学新闻杂志的所有作品，网站转载，请在正文上方注明来源和作者，且不得对内容作实质性改动；微信公众号、头条号等新媒体平台，转载请联系授权。邮箱：shouquan@stimes.cn。
作者：余灿清等 来源：《BMC医学》

更多 科学进展 请访问 https://www.iikx.com/news/progress/

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，爱科学iikx.com转发