

---

# 过多摄入鱼类可能增加患黑色素瘤风险

作者：writer 来源：爱科学

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/18856.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！*

过多摄入鱼类可能增加患黑色素瘤风险。《癌症病因与控制》近日发表的一项针对美国成年人的大型研究表明，吃更多的鱼，包括金枪鱼和非油炸鱼，似乎与更高的恶性黑色素瘤风险有关。

黑色素瘤是美国第五大常见癌症，白人一生中患黑色素瘤的风险为1/38，黑人为1/1000，西班牙裔为1/167。近几十年来，尽管美国和欧洲鱼类摄入量有所增加，但与之前关于鱼类摄入和黑色素瘤风险之间关系的研究结果不一致。通讯作者Eunyoung Cho说，我们的发现已经确定了一个需要进一步调查的关联。

美国布朗大学的研究人员发现，与每天平均摄入3.2克鱼的人相比，每天平均摄入42.8克鱼的人患恶性黑色素瘤的风险要高出22%。他们还发现，与每天平均摄入3.2克鱼的人相比，每天平均摄入42.8克鱼的人只在皮肤外层出现异常细胞（即0期黑色素瘤或原位黑色素瘤）的风险增加了28%。一份鱼大约是140克熟鱼。

为了研究鱼类摄入与黑色素瘤风险之间的关系，作者分析了1995年至1996年间从美国各地招募的491367名成年人参加美国退休人员协会饮食与健康研究的数据。平均年龄为62岁的参与者报告了他们在前一年吃炸鱼、非炸鱼和金枪鱼的频率及份量。

研究人员利用从癌症登记处获得的数据，计算了中位数15年内新发黑色素瘤的发病率。他们考虑了社会人口因素，以及参与者的身体质量指数、体育活动水平、吸烟史，每日酒精、咖啡因和卡路里摄入量，癌症家族史以及所在地区的平均紫外线辐射水平。5034名参与者（1.0%）在研究期间发展为恶性黑色素瘤，3284名（0.7%）参与者发展为0期黑色素瘤。

研究人员发现，摄入更多的非油炸鱼和金枪鱼，会增加患恶性黑色素瘤和0期黑色素瘤的风险。与平均每天摄入0.3克金枪鱼的人相比，平均每天摄入14.2克金枪鱼的人患恶性黑色素瘤的风险要高20%、患0期黑色素瘤的风险要高17%。平均每天摄入17.8克非油炸鱼与平均每天摄入0.3克非油炸鱼相比，患恶性黑色素瘤的风险增加18%、患0期黑色素瘤的风险增加25%。研究人员没有发现吃炸鱼与患恶性黑色素瘤或0期黑色素瘤风险之间的显著关联。

我们推测，该发现可能与鱼类中的污染物有关，如多氯联苯、二恶英、砷和汞。之前的研究发现，鱼类摄入量越高，体内这些污染物的含量就越高，并已确定这些污染物与皮肤癌风险更高之间的关系。然而，我们注意到，此项研究没有调查参与者体内这些污染物的浓度，因此还需要进一步研究来证实这种关系。Eunyoung Cho说。

研究人员提醒说，他们的研究是观察性质的，还不能得出鱼类摄入与黑色素瘤风险之间因果关系

---

的结论。在他们的分析中也没有考虑到黑色素瘤的一些风险因素，如痣数、头发颜色、严重晒伤史和与太阳相关的行为。此外，由于平均每日鱼类摄入量是在研究开始时计算的，因此可能无法代表参与者的终生饮食。

作者认为，未来的研究还需要调查鱼类的成分，这些成分可能有助于观察鱼类摄入和黑色素瘤风险之间的联系，以及潜在的任何生物机制。目前，他们不建议改变鱼类的消费量。（来源：中国科学报李木子）

相关论文信息：<https://doi.org/10.1007/s10552-022-01588-5>

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](mailto:shouquan@stimes.cn)。

作者：Eunyoung Cho 来源：《癌症病因与控制》

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](https://www.iikx.com)转发