
超加工食品增加患口腔癌、喉癌和食道癌的风险

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/25126.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！

超加工食品增加患口腔癌、喉癌和食道癌的风险。英国布里斯托大学和国际癌症研究机构（IARC）的研究人员领导的一项新研究表明，食用更多的超加工食品（UPF）可能与上呼吸消化道癌症（包括口腔、喉咙和食道）的风险更高有关。这项国际研究分析了450111名成年人的饮食和生活方式数据，对他们进行了大约14年的跟踪调查。研究人员称，与UPF摄入有关的肥胖可能不是唯一的原因。11月22日，相关研究成果发表于《欧洲营养学杂志》。

几项研究已经确定了UPF摄入与癌症之间的关联，包括最近的一项研究——该研究在欧洲最大的队列研究——欧洲癌症和营养前瞻性调查（EPIC）队列中观察了UPF与34种不同癌症之间的关联。

随着越来越多的证据表明摄入UPF与不良健康结果之间的关联，布里斯托大学医学院和IARC的研究人员希望对此展开进一步研究。

由于许多UPF具有不健康的营养特征，研究人员试图确定UPF摄入与EPIC中头颈癌和食管腺癌（一种食道癌）之间的关联是否可以用体脂增加来解释。

分析结果显示，在EPIC中，多吃10%的UPF与23%的头颈部癌症风险和24%的食管腺癌风险相关。增加的体脂只能部分解释UPF摄入与这些上呼吸消化道癌症风险之间的统计关联。

论文主要作者、布里斯托尔大学博士生Fernanda Morales-Berstein解释说：在几项观察性研究中，UPF与超重和体脂增加有关。这是有道理的，因为它们通常是美味、方便和便宜的，通常是大量消费并增加过多卡路里的。然而，有趣的是，在我们的研究中，UPF摄入和上呼吸消化道癌症间的联系，似乎并没有被身体质量指数和腰臀比很好地解释。

作者认为，其他机制可以解释这种关联。例如，包括乳化剂和人造甜味剂在内的添加剂以及食品包装和生产过程中的污染物，可能部分解释了该研究中UPF摄入与上呼吸消化道癌症之间的联系。

然而，Morales-Berstein及同事对他们的研究结果表示谨慎，并表示研究中发现的UPF摄入与上呼吸消化道癌症间的关系可能受到某些类型偏见的影响。

这就解释了为什么他们发现了UPF摄入增加与意外死亡风险增加之间存在关联的证据，这极不可能是因果关系。

论文作者之一、布里斯托大学临床流行病学教授GeorgeDaveySmith说：UPF摄入显然与许多不良健康结果有关，但它们是否真的导致了这些不良健康结果，或者与一般健康相关的行为和社会经济地位等潜在因素是否与这种联系有关，目前尚不清楚，因为与意外死亡的关联引起了人们的注意。

IARC生活方式暴露和干预小组组长IngeHuybrechts补充说：需要进行长期饮食随访摄入评估的队列，同时考虑到当代的消费习惯，以复制这些研究结果，因为EPIC饮食数据是在20世纪90年代收集的，当时UPF的摄入量仍然相对较低。这种关联可能在包括近期饮食随访评估在内的队列中更明显。需要进一步的研究来确定其他机制，如食品添加剂和污染物，这可能解释观察到的联系。

世界癌症研究基金会研究和政策助理主任HelenCroker表示：这项研究增加了更多的证据表明UPF与癌症风险之间存在联系。UPF摄入量增加与上呼吸消化道癌症发病风险增加之间的关联支持了我们的癌症预防建议，即健康饮食，多吃全麦、蔬菜、水果和豆类。（来源：中国科学报文乐乐）

相关论文信息：<https://doi.org/10.1007/s00394-023-03270-1>

作者：Fernanda Morales-Berstein 来源：《欧洲营养学杂志》

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