

Стресс — причина рака: правда или миф?

Нередко за год или менее до постановки диагноза будущий пациент сталкивается в своей жизни с большим стрессом. Такие совпадения породили убеждение, что именно сильный стресс вызывает рак.

Давайте разберемся, как все устроено на самом деле.

В действительности стресс (даже сильный) не вызывает рак. Стресс — естественный процесс, даже необходимый. В человеке природой заложены ресурсы для преодоления стрессовых ситуаций: часть наших капилляров закрыты и не функционируют, пока не возникает стрессовая ситуация. Также у нас есть и жировые "депо", выполняющие роль подушек безопасности для организма, которые он создает на случай неприятностей.

Как только происходит что-то стрессовое, у нас меняется гормональный фон, и организм начинает задействовать все ресурсы: учащаются пульс и сердцебиение, увеличивается расход глюкозы, а жировые запасы активно извлекаются из «депо».

Все это называется стресс-реакция. После того, как стрессовая ситуация проходит, организм возвращается к нормальному функционированию.

Но!!!!

Если стрессовое воздействие оказалось запредельным, либо оно длится очень долго, то опустошаются все ресурсы, а восстановление произойти не успевает. Состояние хронического стресса — дистресс. Дистресс — крайне опасная патология, и именно на его фоне онкология может начать развиваться.

Практически у каждого из нас бывали периоды, когда мы попадали в ситуацию дистресса, когда нас буквально преследовала черная полоса, а череда сложных событий казалось бесконечной (потеря близких, трудные отношения в семье или на работе, потеря работы и безуспешный поиск ее в течение долгого времени). Однако не все мы заболели раком.

Делаем вывод: дистресс может быть одной из причин рака, но только дистресс рак не вызывает, при этом он значительно ослабляет иммунные силы организма и при объединении ряда факторов на фоне стресса может начать развиваться онкологическое заболевание.