

Borstkanker Hoe borstkanker voorkomen?



Inleiding

Borstkanker maakt een derde uit van alle nieuwe kankergevallen bij de westerse vrouwen en is aldus de meest voorkomende kanker bij de vrouw (voor België 2300 doden per jaar). Sinds de jaren 1970-80 is deze kwaal op steeds jongere leeftijd beginnen opduiken, waardoor vandaag van een ware epidemie bij jonge vrouwen onder 40 jaar sprake kan zijn.

Daarom is het belangrijk om te weten hoe borstkanker ontstaat, wat de ontwikkeling van borstkanker kan stimuleren en of en hoe deze kwaal het best voorkomen kan worden. Is de huidige epidemie omkeerbaar door preventie?

Feiten

Voorkomen van borstkanker

De specifieke verwekker, het precieze moment van aanvang en de moleculaire mechanismen van de trigger tot borstkanker zijn onbekend.

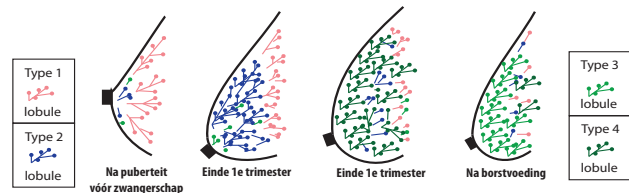
Wel is het verband aangetoond tussen de oestrogeenconcentratie en het relatieve risico op borstkanker.

Welke zijn de risicofactoren?

- een aantal endocrinologische en reproductieve factoren:
 - » vroege menarche, (langere duur van blootstelling aan oestrogenen),
 - » laatijdige menopauze (idem),
 - » postmenopauzale obesitas,
 - » menopauzale substitutietherapie,
 - » late eerste zwangerschap (> 30 jaar),
 - » korte of geen borstvoedingsperiode,
 - » (langdurig) gebruik van hormonale contraceptiva,
 - » abortus provocatus.
- een afwijking in het BRCA1-gen of het BRCA2-gen; (bij 5 à 10% erfelijke);
- familiale geschiedenis;
- zwarte huidskleur;
- persoonlijke voorgeschiedenis van borstziekten;
- gevorderde leeftijd;
- hogere socio-economische status;
- blootstelling aan overdreven bestraling;
- alcoholinname;
- roken.

Verklaring

Bijna alle melkklieren van de borst van kinderloze vrouw bestaan uit kanker gevoelige Type 1 en 2 melkklieren (weefsel dat een melkleider en melkproducerende klieren of lobules bevat) waarvan bekend is dat 95% van alle borstkanker zich voordoen.



- In een normale zwangerschap (niet de meeste miskramen die meestal abnormale zwangerschappen zijn), verhoogt het oestrogeenniveau van de moeder met 2.000% tegen het einde van het eerste trimester. Oestrogeen is in feite een carcinogeen hormoon, maar het zorgt ervoor dat de borsten groeien door het vermenigvuldigen van de melkklieren te stimuleren. Daarom ontwikkelt ze, een groter aantal kanker gevoelig Type 1 en 2 melkklieren.
- In de laatste maanden van de zwangerschap helpt een ander proces – differentiatie genaamd – de moeder beschermen tegen te grote blootstelling aan oestrogeen. Feromonen geproduceerd door de foetus (humaan choriongonadotrofine en menselijke placenta lactogeen) doen de melkklieren van de moeder rijpen tot kankerresistente Type 4 melkklieren. Rond de helft van het 2e trimester, zijn 70% van de melkklieren Type 4 melkklieren, maar 30% blijven kanker gevoelig.
- Rond 32 weken zwangerschap, heeft de moeder een voldoende aantal Type 4 melkklieren om haar borstkankerrisico scherp te doen dalen en om 90% bescherming van een uitgedragen zwangerschap te ontwikkelen. Als ze haar zwangerschap volledig uitdraagt, zullen 85% van haar melkklieren kankerresistente Type 4 melkklieren met biest (colostrum) zijn.
- Een vroeggeboorte vóór 32 weken zwangerschap of een abortus vóór 32 weken vergroot het borstkankerrisico omdat onvoldoende Type 1 en 2 melkklieren zijn gerijpt. **De meest kanker gevoelige tijd in een vrouwenleven vindt plaats tussen het begin van de menstruatie en een eerste vol-dragen zwangerschap.**

Kinderloze vrouwen hebben

- » 50-60% type 1 lobules,
- » 30-35% type 2 lobules (allebei kankergevoelig) en
- » slechts 5-10% type 3 lobules.

Vrouwen die een kind gebaard hebben, hebben echter 80-100% type 3 lobules, die reeds een zekere bescherming bieden tegen kanker.

Zoals gezegd zijn het vooral de type 4 lobules die bescherming bieden tegen kanker en met langdurigere borstvoeding ontwikkelen.

De meeste miskramen daarentegen (ook wel 'spontane abortussen' genoemd) verhogen het risico op borstkanker niet. De meeste miskramen zijn immers abnormale zwangerschappen die in het eerste trimester plaatsvinden. Vroege spontane abortussen in het eerste trimester zijn het resultaat van zwangerschappen met lagere hormoonspiegels, zodat de borsten niet vergroten en de extra melkklieren die risico lopen voor latere kankervorming, niet creëren. Het zijn ofwel de eierstokken van de moeder of de foetale placenta die niet genoeg hormonen produceren om de zwangerschap te houden.

Hormonale anticonceptie

Reeds in 1999 werden de gecombineerde orale contraceptiva (OC) door de Wereldgezondheidsorganisatie op basis van een onderzoek van het IARC (International Agency for Research on Cancer) geklasseerd als stoffen die duidelijk kankerverwekkend zijn voor de mens (naast o.a. asbest, tabak en teerproducten). Uit de studies blijkt inderdaad dat de vrouw die orale contraceptiva gebruikt vóór de eerste voldragen zwangerschap tenminste een 40 % verhoogd risico loopt van borstkanker tegenover vrouwen die geen orale contraceptiva innemen. Vrouwen die orale contraceptivagebruikers waren gedurende lange tijd en ermee begonnen waren op jeugdige leeftijd, zouden zelfs nog een groter risico lopen, tot 210%!

Preventie

Probleem

Vroege opsporing via mammografie bij jonge vrouwen is beperkt wegens de grote densiteit van de borst. Bovendien blijkt uit studies dat mammografieën niet ondubbelzinnig zijn en soms vrouwen meer kwaad berokkenen dan helpen, wegens vals-positieve resultaten (men veronderstelt kanker, maar er is niets en intussen wordt wel invasief ingegrepen).

Wat te doen?

Als men van jongs af aan een gezonde levenshouding aanneemt, kan men het risico op borstkanker sterk verminderen. Dit houdt in:

- Een eerste zwangerschap op jonge leeftijd (vooraan de 20) en zeker vóór het eerste gebruik van hormonale contraceptie.
- Geven van borstvoeding (minimum 6 maanden of 9 maanden volgens WHO).
- Niet roken.
- Alcoholgebruik matigen.
- Hormonale contraceptie vermijden.



Samengevat

Borstkanker – zeker op jonge leeftijd – kan voor een belangrijk deel vermeden worden. Een gezonde lifestyle (niet roken, matig alcoholgebruik, geen gebruik van hormonale contraceptie) kan het risico al voor meer dan de helft doen verminderen. Een eerste voldragen zwangerschap op een leeftijd vooraan de 20 jaar en het geven van minstens 6 maanden borstvoeding kan dit risico verder verminderen.

Zoek je meer wetenschappelijke achtergrond rond dit thema, raadpleeg dan het dossier borstkanker op www.idg.be