

Abstrakt

Tato diplomová práce se věnuje možnostem primární prevence kolorektálního karcinomu z hlediska výživy. I když incidence a mortalita na kolorektální karcinom v posledních letech v ČR klesá, stále je to jedno z nejčastějších rakovinných onemocnění. Jedná se o nádorové onemocnění, jehož vznik lze až z 50 % ovlivnit zdravým životním stylem.

Teoretická část se věnuje nejnovějším poznatkům v oblasti ovlivnitelných faktorů, přestože některé ještě nejsou dostatečně prozkoumány. Za prokázané karcinogeny jsou označeny uzeniny, častá úprava stravy grilováním, smažením, uzením nebo pečením (obzvláště červeného masa a uzenin), nadváha a obezita, pravidelná konzumace alkoholu a kouření. Naopak za protektivní faktory je považován dostatečný příjem vlákniny, dostatek fyzické aktivity a pravděpodobně dostatečná konzumace ryb, mléka a mléčných výrobků, ovoce a zeleniny.

V praktické části byly zkoumány dvě skupiny – lidé ve věku 18-50 let a pacienti s diagnostikovaným kolorektálním karcinomem. Obě skupiny byly tázány na stravovací návyky, faktory životního stylu a na informovanost ohledně možností primární prevence kolorektálního karcinomu. Předpokladem bylo, že se lidé ve věku 18-50 let stravují méně rizikově a jsou lépe informováni než pacienti s diagnostikovaným kolorektálním karcinomem. Dále bylo předpokládáno, že je rizikové chování a informovanost závislá na věku, dosaženém vzdělání a BMI.

Zjistili jsme, že lidé ve věku 18-50 let se chovají poměrně rizikově, ale informovaní ohledně možností primární prevence jsou relativně správně. Pacienti s diagnostikovaným kolorektálním karcinomem se chovali (a stále chovají) rizikově, ale jsou také celkem relevantně informováni. Rizikové chování je závislé na hodnotě BMI, věku i dosaženém vzdělání dle předpokladů. Lidé s nadváhou a obezitou, starší generace a lidé s nižším vzděláním se chovají rizikověji pro vznik KRK. Naopak informovanost není závislá na hodnotě BMI ani věku, pouze na dosaženém vzdělání, a to naopak, než bylo předpokládáno. Lidé s nižším vzděláním byli lépe informováni než lidé s vyšším vzděláním. Z výsledků výzkumu vyplývá, že je nutné všechny generace stále edukovat a zdůrazňovat nutnost dodržování zdravého životního stylu.

Klíčová slova

kolorektální karcinom, primární prevence, výživa, zdravý životní styl