تحذير من تناول فيتامين يزيد خطر الإصابة بالسرطان

رغم التقدم العلمي الهائل الذي تم إحرازه في السنوات الأخيرة ، فإن التوصل لعلاج ناجح لمرض السرطان بمختلف أشكاله لا يزال بعيداً ، وبالتالي فإن العلماء يبحثون عن أي إجراءات أو تغييرات يمكن إحداثها في نمط حياة الأشخاص ، لتقليل احتمال الإصابة بالمرض ، ومن بين تلك الأشياء التي تم التوصل لها ، تجنب تناول فيتامين إي "E" على شكل حبوب.

و يساعد فيتامين E في الحفاظ على صحة الجلد والعينين، ويقوي دفاع الجسم الطبيعي ضد الأمراض والعدوى (جهاز المناعة)، ويجب أن يحصل معظم الناس على حاجتهم من هذا الفيتامين، من خلال نظامهم الغذائي، الذي تشير الأدلة المتزايدة إلى أنه الأسلوب الأكثر أمانا.

و كانت دراسات قد أجريت في الثمانينيات والتسعينيات من القرن الماضي، اقترحت أن فيتامين E والسيلينيوم، يوفران بطريقة ما الحماية ضد سرطان البروستات. والسيلينيوم هو أحد أنواع المعادن ومضادات الأكسدة التي يحتاجها الجسم.

و بدأت التجربة الخاصة بدراسة الوقاية من السرطان بالسيلينيوم وفيتامين E، عام 2001، تم تقسيم المتطوعين فيها، البالغ عددهم 36 ألفا، إلى أربع مجموعات.

وتناول كل رجل حبتين في اليوم، في المجموعة الأولى تضمنت حبة من فيتامين E وحبة من السيلينيوم.

والمجموعة الثانية تضمنت فيتامين E ودواء وهمي، والثالثة السيلينيوم ودواء وهمي، والرابعة تضمنت اثنين من الأدوية الوهمية. ولم يكن الرجال ولا أطباؤهم يعرفون من يأخذ ماذا.

ورغم أنه كان من المفترض أن تستمر الدراسة حتى عام 2011، فإنه تم إيقافها قبل ذلك بثلاث سنوات نظرا لعدم ظهور أي فائدة لفيتامين E أو السيلينيوم، لكن كانت هناك علامات تحذيرية غامضة تشير إلى احتمال حدوث بعض الضرر.

وقدم تقرير في عام 2014، نشر في مجلة المعهد الوطني للسرطان، مزيدا من التوضيح، إذ نظر فريق من الباحثين من جميع أنحاء الولايات المتحدة، في بيانات نحو 5 آلاف من أولئك المتطوعين، الذين أرسلوا قصاصات من أظافر أقدامهم عندما انضموا إلى التجربة.

و تعتبر قصاصات أظافر القدم طريقة دقيقة لقياس كمية السيلينيوم في جسم الإنسان.

وأظهرت الدراسة أن تناول فيتامين E وحده يزيد من خطر الإصابة بسرطان البروستات، لكن فقط لدى الرجال الذين بدأوا الدراسة بمستويات منخفضة من السيلينيوم.

و قال خبير سرطان البروستات، أستاذ الطب السريري في كلية الطب بجامعة هارفارد، الدكتور مارك غارنيك: "أنصح جميع مرضاي بتجنب أي مكملات غذائية تحتوي على السيلينيوم أو فيتامين E تماما"، وفق ما ذكرت صحيفة "إكسبريس" البريطانية.

وتابع: "البيانات الجديدة مقلقة للغاية، وتؤكد أن المكملات يمكن أن تسبب ضررا حقيقيا وملموسا. يجب تجاهل أي ادعاءات بفوائد المكملات الغذائية ما لم تؤكد التحقيقات الكبيرة والمضبوطة والتي تم إجراؤها جيدا هذه الفوائد، والتي أعتقد أنها ستكون نادرة الحدوث".