

ما الذي يسبب السرطان؟ فهم عوامل الخطر

عادة لا يكون من الممكن معرفة السبب الدقيق لإصابة شخص بالسرطان وعدم إصابة آخر. لكن الأبحاث وجدت عوامل خطر يمكن أن تزيد من فرص إصابة الشخص بالسرطان. بعضها، مثل التبغ أو ضوء الشمس، يمكن أن تكون محدودة؛ أما الآخرون، مثل العمر والتاريخ العائلي، فلا يمكن ذلك.

هذه الصفحة موجهة لكل من يتساءل عما يسبب السرطان. وهي تشرح ما هو عامل الخطر، وكيف يكتشف العلماء عوامل الخطر، وأيضاً الأكثر دراسة.

الخلاصة المبسطة

تشرح هذه الصفحة ما هو معروف عن أسباب حدوث السرطان. وهي موجهة لكل من يتساءل عما قد يكون رفع خطر إصابته، أو إصابة شخص عزيز عليه.

عادةً لا يكون من الممكن معرفة السبب الدقيق لإصابة شخص بالسرطان وعدم إصابة شخص آخر. لكن الأبحاث أظهرت أن عوامل خطر معينة قد ترفع فرص إصابة الشخص.

وترتبط بعض العوامل بانخفاض خطر الإصابة بالسرطان. وتسمى أحياناً عوامل الخطر الوقائية، أو ببساطة العوامل الوقائية. عامل الخطر يرفع احتمال الإصابة بالسرطان. وهو ليس مثل السبب، ولا يعني أن الإصابة بالسرطان مؤكدة.

ما الذي يُعد عامل خطر

تشمل عوامل خطر السرطان التعرض لمواد كيميائية أو مواد أخرى. وتشمل سلوكيات معينة. كما تشمل أموراً لا يستطيع الناس التحكم فيها، مثل العمر والتاريخ العائلي.

قد يكون التاريخ العائلي لأنواع معينة من السرطان علامة على متلازمة سرطان وراثية. ولدى المعهد الوطني للسرطان معلومات عن هذه المتلازمات. وهي تتناول التغيرات الجينية الموروثة التي يمكن أن تسبب السرطان.

كيف يكتشف العلماء عوامل الخطر

من المفيد أن تعرف من أين تأتي قائمة عوامل الخطر هذه. تظهر معظم عوامل الخطر، ومعظم العوامل الوقائية، أولاً في دراسات علم الأوبئة. ينظر العلماء إلى مجموعات كبيرة من الناس. ويقارنون من يصابون بالسرطان بمن لا يصابون به. وقد تجد دراسة ما أن الأشخاص المصابين بالسرطان يتصرفون بشكل مختلف، أو تعرضوا لمواد مختلفة، عن الأشخاص غير المصابين.

لا تستطيع مثل هذه الدراسات وحدها أن تثبت أن سلوكاً أو مادة ما تسبب السرطان. فقد تكون النتيجة مجرد صدفة. أو قد يكون عامل الخطر الحقيقي شيئاً آخر غير العامل الذي تجري دراسته. وتصل نتائج كهذه أحياناً إلى الأخبار. وقد ينشر ذلك أفكاراً خاطئة عن كيفية بدء السرطان وانتشاره.

تزداد ثقة العلماء بوجود صلة عندما يتحقق أمران:

- تشير دراسات كثيرة إلى صلة مماثلة بين عامل خطر محتمل وارتفاع خطر الإصابة بالسرطان.
- توجد آلية معقولة، أي طريقة يمكن أن يسبب بها العامل السرطان فعلاً.

عوامل الخطر الأكثر دراسة

تضم القائمة أدناه عوامل الخطر المعروفة أو المشتبه بها الأكثر دراسة للسرطان.

العادات وحالات التعرض

- الكحول
- المواد المسببة للسرطان
- النظام الغذائي
- العوامل المُعدية
- الإشعاع
- ضوء الشمس
- التبغ

عوامل الجسم والصحة

- العمر
- الالتهاب المزمن
- الهرمونات
- كبت المناعة (ضعف الجهاز المناعي)
- السمّة

لدى المعهد الوطني للسرطان صفحة مفصلة منفصلة لكل منها.

عوامل الخطر التي يمكنك تغييرها والتي لا يمكنك تغييرها

يمكن تجنب بعض عوامل الخطر أو تقليلها. وبعضها الآخر لا يمكن. فالتقدم في العمر، مثلاً، أمر لا يستطيع أحد تغييره.

النقطة الأساسية هي التوازن. فوجود عامل خطر لا يعني أن الشخص سيصاب بالسرطان. كما أن عدم وجود أي من العوامل المعروفة ليس ضماناً أيضاً. ومع ذلك، فإن الحد من التعرض للعوامل التي يمكن تجنبها هو إحدى طرق خفض خطر الإصابة بأنواع معينة من السرطان.

استنادًا إلى مصدر موثوق

هذه ترجمة مبسطة لمحتوى تثقيفي يستند إلى National Cancer Institute. يُرجى قراءة المصدر الأصلي للحصول على معلومات كاملة ومحدّثة. هذا المحتوى للتثقيف فقط وليس نصيحة طبية. تحدّث دائمًا مع فريق الرعاية الصحية الخاص بك.

National Cancer Institute: cancer.gov/about-cancer/causes-prevention/risk

آخر تحديث: 2026-09-14

لك الحق في مترجم فوري مجاني. يجب على المستشفيات والعيادات التي تتلقى تمويلًا فيدراليًا في الولايات المتحدة أن توفّر لك مترجمًا فوريًا مؤهلًا دون أي تكلفة. يمكنك طلب ذلك عند الاستقبال أو قبل موعدك. لست مضطرًا لإحضار أحد أفراد العائلة أو طفل للترجمة لك.

على الإنترنت: cancerexplained.org/languages/ar/cancer-causes

مترجمة من المقالة الإنجليزية على cancerexplained.org. النسخة الإنجليزية هي التي رُوجعت مقارنةً بالمصدر.

معلومات تثقيفية فقط وليست نصيحة طبية. ساعد نظام تحرير مدعوم بالذكاء الاصطناعي في إعداد هذه الصفحة. لم يراجعها أي مراجع طبي مسمّى ما لم يُذكر اسم مراجع.

يمكنك طباعتها ونسخها ومشاركتها مجانًا دون تغيير. لا حاجة إلى إذن. يُرجى عدم تعديل المحتوى الطبي. المصدر: cancerexplained.org. معلومات تثقيفية، وليست نصيحة طبية.