

कर्करोगाची कारणे काय आहेत? जोखीम घटक समजून घेणे

एका व्यक्तीला कर्करोग का होतो आणि दुसऱ्याला का होत नाही हे नेमके सांगणे सहसा शक्य नसते. पण संशोधनातून असे जोखीम घटक सापडले आहेत जे कर्करोग होण्याची शक्यता वाढवू शकतात. तंबाखू किंवा सूर्यप्रकाशासारखे काही घटक मर्यादित करता येतात; वय आणि कौटुंबिक इतिहासासारखे इतर घटक तसे करता येत नाहीत.

सोपी माहिती

एका व्यक्तीला कर्करोग का होतो आणि दुसऱ्याला का होत नाही हे नेमके सांगणे सहसा शक्य नसते. पण संशोधनातून असे दिसून आले आहे की काही जोखीम घटक (risk factors) व्यक्तीची शक्यता वाढवू शकतात.

काही घटक कर्करोगाचा धोका कमी करण्याशी संबंधित असतात. यांना कधी कधी संरक्षक जोखीम घटक (protective risk factors), किंवा फक्त संरक्षक घटक (protective factors) म्हटले जाते.

जोखीम घटक कर्करोगाची शक्यता वाढवतो — तो कारणासारखा नाही, आणि त्याचा अर्थ कर्करोग निश्चित होणार असा नाही.

जोखीम घटक म्हणून काय गणले जाते

कर्करोगाच्या जोखीम घटकांमध्ये रसायने किंवा इतर पदार्थांशी संपर्क समाविष्ट आहे. यात काही वर्तनांचाही समावेश आहे. आणि यात वय आणि कौटुंबिक इतिहासासारख्या, व्यक्ती नियंत्रित करू शकत नाही अशा गोष्टींचाही समावेश आहे.

काही कर्करोगांचा कौटुंबिक इतिहास आनुवंशिक कर्करोग सिंड्रोमचे लक्षण असू शकतो. National Cancer Institute कडे या सिंड्रोमबद्दल माहिती आहे. यात कर्करोगास कारणीभूत ठरू शकणाऱ्या आनुवंशिक जनुक बदलांचा समावेश आहे.

शास्त्रज्ञ जोखीम घटक कसे शोधतात

बहुतांश जोखीम घटक, आणि बहुतांश संरक्षक घटक, प्रथम एपिडेमिओलॉजी अभ्यासांमध्ये (epidemiology studies) आढळतात. शास्त्रज्ञ मोठ्या लोकसमूहांचा अभ्यास करतात. ते कर्करोग होणाऱ्यांची तुलना न होणाऱ्यांशी करतात. एखाद्या अभ्यासात असे आढळू शकते की कर्करोग होणारे लोक वेगळ्या पद्धतीने वागतात, किंवा त्यांचा संपर्क वेगळ्या पदार्थांशी आला होता, जो कर्करोग न होणाऱ्यांचा नव्हता.

अशा अभ्यासांमधून एकट्याने हे सिद्ध होत नाही की एखादे वर्तन किंवा पदार्थ कर्करोगास कारणीभूत आहे. एखादा निष्कर्ष योगायोगामुळेही असू शकतो. किंवा खरा जोखीम घटक अभ्यासलेल्या घटकापेक्षा वेगळाच असू शकतो. असे निष्कर्ष कधी कधी बातम्यांमध्ये येतात. त्यामुळे कर्करोग कसा सुरू होतो आणि पसरतो याबद्दल चुकीच्या कल्पना पसरू शकतात.

खालील दोन गोष्टी खऱ्या असतील तेव्हा शास्त्रज्ञांचा एखाद्या संबंधावरील विश्वास वाढतो:

- अनेक अभ्यास संभाव्य जोखीम घटक आणि वाढलेल्या कर्करोगाच्या जोखमीदरम्यान समान संबंध दर्शवतात, आणि
- त्या घटकामुळे प्रत्यक्षात कर्करोग कसा होऊ शकतो याची विश्वासाई यंत्रणा (mechanism) अस्तित्वात आहे.

कोणताही एकच अभ्यास कारण सिद्ध करत नाही. अनेक अभ्यास सहमत झाल्यावर आणि तो घटक कर्करोगास कारणीभूत ठरू शकतो याची विश्वासाह पद्धत असल्यास विश्वास वाढतो.

सर्वाधिक अभ्यासलेले जोखीम घटक

खालील यादीत कर्करोगाचे सर्वाधिक अभ्यासलेले ज्ञात किंवा संशयित जोखीम घटक आहेत. काही टाळता येतात. इतर, जसे की वाढते वय, टाळता येत नाहीत. टाळता येण्याजोग्या घटकांशी संपर्क मर्यादित केल्याने काही कर्करोगांचा धोका कमी होऊ शकतो.

- वय
- मद्यपान
- कर्करोगास कारणीभूत पदार्थ
- दीर्घकालीन दाह (chronic inflammation)
- आहार
- संप्रेरके (hormones)
- रोगप्रतिकारशक्ती दडपली जाणे (immunosuppression) (कमकुवत रोगप्रतिकारशक्ती)
- संसर्गजन्य घटक
- लठ्ठपणा
- किरणोत्सर्ग (radiation)
- सूर्यप्रकाश
- तंबाखू

National Cancer Institute कडे यापैकी प्रत्येकासाठी एक स्वतंत्र, तपशीलवार पान आहे.

तुम्ही बदलू शकता आणि बदलू शकत नाही असे जोखीम घटक

काही जोखीम घटक टाळता येतात किंवा कमी करता येतात. इतर करता येत नाहीत. उदाहरणार्थ, वाढते वय ही अशी गोष्ट आहे जी कोणीही बदलू शकत नाही.

महत्वाचा मुद्दा म्हणजे संतुलन. जोखीम घटक असणे म्हणजे व्यक्तीला कर्करोग होईल असे नाही. आणि ज्ञात घटकांपैकी एकही नसणे म्हणजे तशी हमीही नाही. तरीही, टाळता येण्याजोग्या घटकांशी संपर्क मर्यादित करणे हा काही कर्करोगांचा धोका कमी करण्याचा एक मार्ग आहे.

तुम्ही प्रभावित करू शकता अशा जोखीम घटकांवर लक्ष केंद्रित करणे, आणि जे करू शकत नाही ते समजून घेणे, हा कर्करोगाच्या जोखमीबद्दल विचार करण्याचा व्यावहारिक मार्ग आहे.

हा मजकूर केवळ शैक्षणिक हेतूसाठी आहे आणि तो वैद्यकीय सल्ला नाही. नेहमी आपल्या आरोग्यसेवा टीमशी आपल्या स्थितीबद्दल चर्चा करा.

विश्वसनीय स्रोतावर आधारित

हा National Cancer Institute वर आधारित शैक्षणिक माहितीचा सोप्या भाषेतील अनुवाद आहे. संपूर्ण आणि अद्ययावत माहितीसाठी कृपया मूळ स्रोत वाचा. केवळ शैक्षणिक माहिती — वैद्यकीय सल्ला नाही. नेहमी तुमच्या स्वतःच्या काळजी टीमशी बोला.

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

अद्यतनित: 2026-09-15

तुम्हाला मोफत दुभाषी मिळण्याचा अधिकार आहे. अमेरिकेतील (युनायटेड स्टेट्स) ज्या रुग्णालयांना आणि दवाखान्यांना फेडरल निधी मिळतो, त्यांनी तुम्हाला कोणताही खर्च न घेता पात्र दुभाषी उपलब्ध करून देणे बंधनकारक आहे. तुम्ही स्वागतकक्षात किंवा तुमच्या भेटीपूर्वी दुभाष्याची मागणी करू शकता. तुमच्यासाठी भाषांतर करण्यासाठी कुटुंबातील सदस्य किंवा मुलाला सोबत आणण्याची गरज नाही.

ऑनलाइन: cancerexplained.org/languages/mr/cancer-causes

cancerexplained.org वरील इंग्रजी लेखातून अनुवादित. स्रोताशी पडताळलेली आवृत्ती इंग्रजी आवृत्ती आहे.

Educational information only, not medical advice. An AI-assisted editorial system helped prepare this page. No named medical reviewer has reviewed it unless one is listed.

कोणताही बदल न करता मोफत छापू, प्रत काढू आणि शेअर करू शकता. परवानगीची आवश्यकता नाही. कृपया वैद्यकीय मजकुरात बदल करू नका. संदर्भ: cancerexplained.org. शैक्षणिक माहिती, वैद्यकीय सल्ला नाही.