

## الرياضة تقلل أخطار سرطان البروستات



أظهرت إحدى الدراسات الحديثة، أن الرجال المصابين بسرطان البروستات ويمارسون الرياضة يكونون عرضة بشكل أقل لخطر الموت من المرض.

وقالت الدراسة: إن مرضى سرطان البروستات الذين مارسوا الركض، أو ركوب الدراجة الهوائية، أو مشوا وقاموا بأعمال في الهواء الطلق، كانوا أقل بنحو 61%، عرضة للوفاة بسرطان البروستات مقارنة مع آخرين مارسوا الرياضة لأقل من ساعة أسبوعياً.

وبحثت الدراسة، في سجلات 2705 مرضى ممن تجاوزوا سن الثامنة عشرة.

ويعد سرطان البروستات هو المسبب الثاني للوفيات لدى الرجال في الولايات المتحدة الأمريكية، إذ وصل عدد الحالات خلال عام 2008م إلى 180 ألفاً، من بينهم 28 ألفاً قضوا نتيجة تطور المرض.

وأشارت دراسة نشرتها "الدورية العلمية للسرطان في إنجلترا" إلى أن هناك علاقة بين طول أصبع السبابة عند الرجال، واحتمالات الإصابة بسرطان البروستات.

ويقول الخبراء: إنّه إذا زاد طول أصبع السبابة عن أصبع الخاتم (البنصر) عند الرجال، فإن ذلك يعد مؤشراً على انخفاض احتمال إصابتهم بسرطان البروستات، أقل بنحو 33%.