

Lutte contre le cancer – Prévention

La lutte contre le cancer vise la prévention, le diagnostic précoce et l'élimination du cancer, ainsi que l'accroissement du taux de survie et de la qualité de vie des personnes atteintes d'un cancer.

Tabagisme – Le tabagisme cause un décès par cancer sur trois et ce sont presque tous des cancers du poumon. Presque toutes les personnes qui développent un cancer du poumon en mourront. Le tabac peut aussi causer le cancer dans certaines parties du corps, dont :

- la bouche
- la gorge (larynx, pharynx, oesophage)
- l'estomac
- le pancréas
- le rein
- la vessie
- le col utérin
- le sein
- le foie
- le sang

Presque la moitié des adolescents et des adultes ténétois fument. Le GTNO essaie :

- de convaincre les personnes qui n'ont jamais fumé de ne pas en prendre l'habitude
- de protéger les gens, et surtout les enfants, de la fumée de tabac ambiante
- d'aider et soutenir les fumeurs qui veulent arrêter de fumer
- d'enseigner aux gens que fumer est une habitude malsaine

Exercice – Faire de l'exercice pourrait réduire le risque d'avoir un cancer et en particulier les cancers suivants :

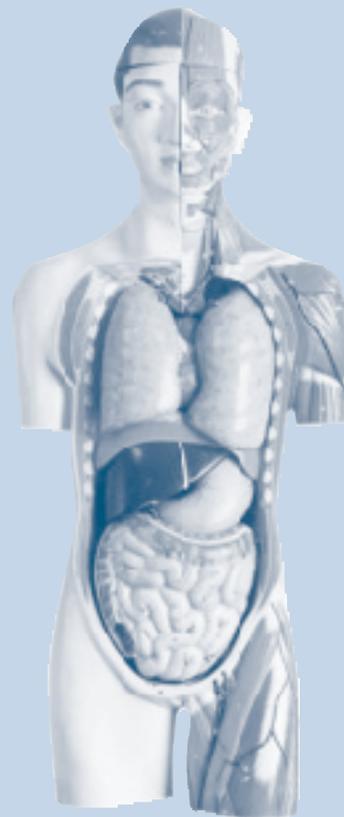
- le cancer du côlon
- le cancer du sein
- le cancer de la prostate

Seulement la moitié des adolescents et des adultes des TNO font suffisamment d'exercice. Il s'agit d'un problème de santé publique et le GTNO fait la promotion de la vie active auprès des résidents des Territoires.

Exposition au soleil – Passer trop de temps au soleil peut causer le cancer de la peau (mélanome malin).

Virus – Certains virus peuvent causer le cancer. L'hépatite B chronique cause environ la moitié de tous les cancers du foie. Quant à l'hépatite C, elle cause le quart des cancers du foie.

L'activité sexuelle précoce et le nombre élevé de partenaires sexuels sont associés à un accroissement du risque de cancer du col utérin, causé par la propagation du virus du papillome humain, maladie sexuellement transmissible qui cause aussi des verrues génitales.



Lutte contre le cancer – Prévention (suite)

Alimentation saine – Manger des fruits et des légumes offre une protection contre divers types de cancers. Seulement le quart des adolescents et des adultes des TNO consomment suffisamment de fruits et de légumes, soit les cinq à dix portions quotidiennes recommandées.

La mauvaise alimentation est associée à 30 % des décès par cancer. Les femmes très obèses risquent davantage de développer les types de cancers suivants :

- cancer de la rate
- cancer du sein
- cancer du col utérin
- cancer de l'endomètre
- cancer de l'utérus
- cancer de l'ovaire

Les hommes très obèses risquent davantage de développer les types de cancers suivants :

- cancer du côlon
- cancer de la prostate

Abus d'alcool – La consommation excessive d'alcool est la cause de certains décès par cancer. Elle est liée aux cancers suivants :

- cancer du foie
- cancer du côlon
- cancer du sein
- cancer du larynx
- cancer de l'œsophage (gorge)

Causes liées à l'environnement – Certaines substances cancérigènes se trouvent dans l'environnement, et parfois même dans les animaux du Nord. D'après des études scientifiques sur la présence de contaminants dans les aliments traditionnels, ces aliments sont très sains et habituellement moins nocifs pour la santé que ceux qu'on trouve sur les tablettes des épiceries. Les aliments traditionnels coûtent aussi moins cher et peuvent présenter des avantages sur les plans social, culturel et spirituel. Si vous vous inquiétez de la présence de contaminants dans vos aliments ou dans votre environnement, parlez-en à votre médecin ou à une infirmière.

