



سرطان معده تمام علائم سوءهاضمه مانند درد، نفخ و سنگینی سردل را دارد و لازم است افراد بالای ۴۰ سال این موارد را جدی بگیرند، چرا که احتمال دارد این علائم، هشدارى درباره سرطان معده باشند. سرطان معده در تمام کشورهای دنیا مرگ‌آورترین و کشنده‌ترین سرطان است. او نسبت به مصرف غذاهای با نیتريت بالا هشدار داد.

سرطان معده نخستین سرطان در مردان کشور محسوب می‌شود. عامل سرطان معده میکروب هلیکوباکتر پیلوری و مصرف غذاهای با نیتريت بالا به اشکال مختلف اعم از مایع یا جامد است. هلیکوباکتر؛ قاتل بالقوه میکروب هلیکوباکتر پیلوری ارتباط نزدیکی با بهداشت مواد غذایی دارد. بنابراین لازم است غذاهایی که بیرون از یخچال نگه داشته می‌شود استفاده نشود. به این ترتیب با رعایت موارد بهداشتی میزان موارد عفونت به این باکتری کاهش می‌یابد. خوشبختانه با ارتقای سطح فرهنگ مردم پیش‌بینی می‌شود طی سال‌های آتی میزان عفونت هلیکوباکتر پیلوری در کشور کاهش یابد، اما فعلاً این میزان بالاست. هلیکوباکتر پیلوری نوعی باکتری با قدرت سازگاری بسیار بالاست که می‌تواند در معده زنده بماند و رشد کند. این باکتری مارپیچ سبب اختلالات گوارشی متعدد، عفونت، زخم و التهاب معده انسان می‌شود و حدود نیمی از جمعیت جهان به آن مبتلا هستند و از فرد مبتلا به دیگران قابل انتقال است.

ترشی و نمک را به اندازه مصرف کنید نیتريت یکی از مواد نگهدارنده است که در بسیاری از فست‌فودها به کار گرفته می‌شود. متأسفانه عادات غذایی ایرانی‌ها مصرف غذاهای شور و ترشیجات است که این عوامل خطر ثابت شده برای سرطان معده هستند.