

“为什么是我？”许多癌症患者确诊后会这样问自己，如果早戒烟、多锻炼、少生气、不拼命加班，结局会不会改变？美国《科学》杂志最新发表论文提出一个新观点：多数人患癌是因为“运气太差”，体内出现了不可控的基因突变。这一结论在全球科学界随即引发热议。中国临床肿瘤学会(CSCO)基金会副理事长、南方医科大学肿瘤中心主任罗荣城教授接受记者专访时表示，基因突变确实有很强的随机性，但不代表人类无法掌控，更不能否认防癌重要性。

患癌是因为运气差 但抗癌不能听天由命

2/3 癌症因为基因突变

以往人们将癌症诱因归为两大来源：遗传和环境因素。《科学》杂志的报道则强调了第三个来源——DNA 复制的随机错误，也就是基因突变。论文作者、美国约翰·霍普金斯大学肿瘤学教授伯特·沃格斯坦的团队，基于 423 个国际癌症数据库，分析了 69 个国家最常见的 31 种癌症数据，进而得出结论：66%的癌症发生可归咎于基因突变，29%归因于生活方式或环境因素，剩下的 5%源于遗传。这解释了为何生活健康且无家族史的人也会患癌。

沃格斯坦解释说，正常细胞的每次分裂都会发生几个错误或者突变。大多数时候，突变发生在与癌症无关的基因或不重要区域上，不会造成伤害。如果“运气”不好，突变发生在癌症驱动基因上，就可能诱发癌症。细胞分裂速度越快的部位，癌变风险越大。由于基因突变不可预见，所以在防癌上能做得很有限，良好的生活方式只能对不到 40%的癌症产生预防作用。对于环境因素无法影响的癌症，早诊早治才是最好的方法。

这一结论遭到不少科学家的批评，认为其严重低估了癌症预防的作用，是一种“危险误导”。既然患癌与否都靠运气，又何必阻止人们在生活中满足感官欲求，放纵抽烟、酗酒，想吃什么就吃什么，想吃多少就吃多少呢？论文另一作者托马斯蒂对此澄清说：“我们的研究并未表明患癌仅仅是运气不好，癌症一般是坏运气、糟糕环境和不良遗传基因共同造成的。”

罗荣城解释说，基因突变无时无刻不在发生，它源于干细胞的分裂繁殖，是人类生存和进化的基础。分裂次数越多，突变机会越多，癌变风险也越高。这就是该论文的理论基础，它也解释了为什么癌症在人体某些部位更活跃，而在其他部位相对少见。

但罗荣城认为，所谓“癌症运气说”，最好是放在哲学层面理解。如果没有基因突变，物种就不可能适者生存。面对可能带来癌变的基因突变，我们也不是完全没有办法，靶向药物的出现，就是致力于将基因突变的不可控变成可控。

环境因素不能被忽视

新研究并未全盘否定遗传和环境因素，因为细胞分裂期间的复制错误，绝非致癌突变的唯一原因。甲醛等化学物质、电离辐射等物理因素、病毒等生物因素都可能导致癌变。比如，强调在怀孕时远离射线、电磁波，不住新装修的房子，避免病毒、细菌感染等，就是为了躲避上述环境诱因。

罗荣城说：“在不同肿瘤的成因中，基因突变发挥作用的权重是不同的。”新研究同样证实，绝大部分癌症是由遗传、环境和“运气”因素共同造成的，只不过各自的贡献率不同。比如，胰腺癌 77%的突变可归因于“运气”，18%因为吸烟等环境因素，5%是遗传因素；而在很多肺部肿瘤中，65%的致癌突变由环境因素造成，“运气”因素的贡献率仅为 35%。

考虑遗传因素的影响，对高危人群筛查很重要。世界卫生组织数据显示，带有明显遗传倾向的癌症占 10%。比如，母亲有乳腺癌病史，女儿的患病风险就比常人高 2~3 倍，应尽早做基因检测，并规避其他致癌因素以降低风险。

心理因素也是不可忽视的致病诱因。“有的人一夜愁白了头，心情长期压抑或紧张可导致肿瘤或心血管病的发生，这些同样带有很强的随机性。”罗荣城说。

积极抗癌是一种生活态度

改善生活方式、降低环境因素影响，对防癌的重要性不可否认。就连论文作者沃格斯坦也将细胞分裂错误比作书稿上的拼写错误，认为是可以通过其他努力有所预防的。比如，确保自己意识清醒、键盘没有缺漏，能够减少拼写错误；通过改进影像检查等先进技术，检测随时发生的肿瘤，也能做到早期干预。

英国癌症研究组织认为，42%的致癌因素是个体可以控制的，包括吸烟（引起 86%的肺癌、65%的食管癌，37%的膀胱癌、29%的胰腺癌）、不良饮食（引起 51%的胃癌，56%的头颈癌）、阳光过度暴晒（导致 86%的恶性黑色素瘤）、乳头瘤病

毒感染（几乎 100%的宫颈癌）。《中国 2015 年癌症统计》指出，引发癌症的外源性风险，90%可以人为控制，包括吸烟、环境污染、导致肥胖的饮食等。因此，癌症的正确应对策略不是“生死由命，富贵在天”，而是“尽人事，听天命”，所谓的“天命不济”，不应被当做“不尽人事”的理由。

医学专家们也在不断努力，了解并设法增加“人事”的作用。“人类在攻克疾病方面已有所作为。以前一场流感就能让几千万人失去生命，而现在的非典、禽流感都能做到较好控制。”罗荣城说，“基因突变的无序性、随机性是目前人类无法完全掌控的，我们对自己身体运转的认识，对基因突变的认识和控制手段，也还只是冰山一角。因此，攻克癌症、心脏病、糖尿病等要走的路还很长。但我相信，基因突变的不可控只是暂时的，未来科学家一定能找出突变所需要的环境、条件等，并加以控制。早晚有一天，我们能将大部分的不可控变成可控。”

罗荣城说，新研究至少提醒我们一点：与基因突变关系密切的癌症，需将预防关口前移。环境因素影响大的癌症，仍应从改善自身生活态度和生活方式入手，养成良好的饮食、运动等习惯。约有 30%的癌症源自 5 种主要行为和饮食危险因素，即非正常的体质指数(BMI 过高或过低)、果蔬摄入量低、缺乏运动、吸烟、酗酒。主动预防等于延缓了肿瘤发病的时间，因此，预防癌症，主动优于被动。更重要的是，秉持癌症可以预防的观念，是一种进取、主动和快乐的人生态度。

(时报)

