

Cukrzyca i nowotwory.

„To nie tylko współistnienie, ale wzajemne napędzanie się chorób”

Do 2030 roku liczba Polaków chorujących na cukrzycę może przekroczyć 4 miliony. W tym samym czasie liczba nowych przypadków nowotworów wzrośnie o blisko 30%. Te dwie choroby coraz częściej występują wspólnie, szacuje się, że cukrzyca dotyczy nawet do 18% pacjentów onkologicznych. Eksperci podkreślają: to nie tylko współistnienie, ale wzajemne napędzanie się chorób. W Światowy Dzień Cukrzycy, obchodzony 14 listopada, temat ten nabiera szczególnego znaczenia.

Choroby cywilizacyjne w natarciu

Cukrzyca i nowotwory są dziś jednym z najpoważniejszych wyzwań zdrowotnych w Polsce. Wspólne czynniki ryzyka – otyłość, brak aktywności fizycznej, stres i nieprawidłowa dieta – sprawiają, że coraz częściej te choroby współistnieją. Współczesne badania pokazują, że cukrzyca występuje nawet u **8%–18% pacjentów onkologicznych** w zależności od lokalizacji nowotworu, a jej obecność zwiększa ryzyko powikłań i gorszej odpowiedzi na leczenie. Z danych polskiego badania **PolSenior2** wynika, że osoby starsze z cukrzycą znacznie częściej zmagają się z innymi chorobami przewlekłymi. Wraz z wiekiem problem narasta – **60% osób w wieku 60–74 lat** deklaruje długotrwałe dolegliwości zdrowotne, a cukrzyca i nowotwory są wśród głównych przyczyn niezdolności do pracy.

Magdalena Siuba-Strzeleńska, dietetyk kliniczny współpracujący z Fundacją Nutricia, komentuje: *cukrzyca i nowotwory wzajemnie na siebie wpływają. Wysoki poziom cukru we krwi utrzymujący się przez dłuższy może prowadzić do przewlekłego stanu zapalnego, co sprzyja rozwojowi komórek nowotworowych. Z drugiej strony leczenie onkologiczne może zaburzać poziom glukozy i prowadzić do rozwoju cukrzycy. Na wahania poziomu cukru u pacjentów onkologicznych wpływa też wiele czynników, takich jak nieprawidłowa dieta, brak ruchu, nadwaga czy otyłość, stres i infekcje – dlatego tak ważne jest dbanie o zdrowy styl życia podczas leczenia.*

Hiperglikemia w terapii onkologicznej

U osób z cukrzycą ryzyko zachorowania na nowotwory złośliwe jest wyższe niż w populacji ogólnej – szczególnie w przypadku raka piersi, jajnika, endometrium, prostaty, trzustki i jelita grubego. Podczas leczenia onkologicznego może dojść do podwyższenia poziomu cukru we krwi, zwłaszcza u osób z już rozpoznaną cukrzycą. Wynika to m.in. z działania niektórych leków, stosowania sterydów czy stresu związanego z chorobą. U części pacjentów zaburzenia te pojawiają się przejściowo i ustępują po zakończeniu terapii. Niektóre leki przeciwnowotworowe oraz nowoczesne terapie, takie jak immunoterapia, mogą wpływać na poziom glukozy we krwi. Dlatego podczas leczenia warto regularnie go kontrolować – pozwala to wcześniej wykryć ewentualne nieprawidłowości i szybko je skorygować.

Magdalena Siuba-Strzeleńska podkreśla: *każda choroba przewlekła obciąża organizm, ale w połączeniu ich wpływ się potęguje. Edukacja pacjentów, kontrola masy ciała i właściwie dobrana dieta – to ważne elementy wspierające całą terapię. Współistnienie cukrzycy i choroby nowotworowej to ogromne wyzwanie dla pacjenta – zarówno pod względem leczenia, jak i utrzymania prawidłowego stanu odżywienia. Niedobory składników odżywczych i niezamierzona utrata masy ciała, zwłaszcza masy mięśniowej mogą znacząco osłabiać organizm i utrudniać terapię. Dlatego tak ważne jest,*

by w odpowiednim momencie zadbać o wsparcie żywieniowe. W niektórych sytuacjach lekarz może zalecić żywność medyczną, która pomaga uzupełnić dietę m.in. w białko, witaminy i składniki mineralne – niezbędne do regeneracji w trakcie leczenia.

Światowy Dzień Cukrzycy

Cukrzyca, nowotwory i inne choroby cywilizacyjne coraz częściej występują wspólnie, tworząc nowe wyzwania dla współczesnego zdrowia publicznego. Wczesna diagnostyka, regularne badania, aktywność fizyczna i odpowiednia dieta pozostają najskuteczniejszymi narzędziami, by spowolnić ten niepokojący trend. **Światowy Dzień Cukrzycy, obchodzony 14 listopada**, przypomina, że kontrola glikemii to dopiero pierwszy krok.

Źródła:

1. Więckiel-Lisowska K. i in. *Excess prevalence of chronic diseases in elderly people with diabetes and non-diabetics in Poland*, PLOS ONE, 2025, DOI: [10.1371/journal.pone.0319242](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0319242)
2. Różycka K., Kapała A. *Glucose metabolism disorders in cancer patients*, NOWOTWORY Journal of Oncology, 2023; 73:231–237, DOI: 10.5603/NJO.a2023.0034
3. Instytut Medycyny Pracy im. prof. J. Nofera w Łodzi, *Opieka profilaktyczna nad starzejącym się pracownikiem*, Narodowy Program Zdrowia 2021–2025.