

Comment utiliser les technologies de diagnostic à bon escient et pour le bénéfice de votre santé

Dans cet article, nous avons mis l'accent sur les risques potentiels pour la santé résultant de la forte augmentation de l'exposition aux radiations à la suite de l'utilisation sans discernement des méthodes de diagnostic tels que les rayons X, la tomodensitométrie, la mammographie et ainsi de suite. En particulier, les enfants, les jeunes adultes et les femmes ont le plus grand risque de développer un cancer radio-induit pendant leur durée de vie.

L'utilisation de la tomodensitométrie aux États-Unis a grimpé en flèche au cours des trois dernières décennies. Bien que les rayons sont nuisibles pour les organes du corps, le sein, la thyroïde, la moelle osseuse, l'appareil digestif et les organes reproducteurs, ils sont plus radiosensibles due à l'activité de croissance cellulaire continue. L'exposition répétitive aux rayons X, la tomodensitométrie ou la mammographie n'apportent pas nécessairement une valeur supplémentaire aux soins médicaux des patients, mais ces procédures les mettent certainement sur une trajectoire vers le cancer, les maladies cardiaques, et des mutations génétiques à leurs générations futures. L'exposition aux radiations par une mammographie peut parfois être égale à 75 rayons X de la poitrine. De plus, selon une récente étude de 25 ans portant sur 90. 000 femmes, 22% des cancers du sein dans le groupe ayant subi la mammographie, ont été inutilement diagnostiqué et surtraité.

Une étude comparative dans la détection du cancer du sein portant sur les États-Unis et le Royaume-Uni a révélé que bien que les taux de détection du cancer soient similaires dans les deux pays, les faux résultats positifs de la mammographie et les taux de traitement ultérieur en découlant étaient deux fois plus élevés aux États-Unis. Considérant le rapport bénéfice/risque, la recommandation de mammographie annuelle pour toutes les femmes de plus de 40 ans devrait être évaluée sur une base individuelle. Cela permettrait d'épargner à des milliers de femmes beaucoup de douleur psychologique et le fardeau financier. Alors que les mammographies ont aidé dans la détection du cancer du sein, il est important que les résultats devraient être évalués par un médecin expérimenté.

Comme il est impossible d'éviter complètement l'exposition aux rayons, cet article aborde également des moyens pour protéger le corps en utilisant régulièrement des micronutriments appropriés. Les micronutriments tels que:

- **Les vitamines C et E, en synergie avec la vitamine A et la N-acétyl-cystéine** empêchent les lésions chromosomiques et induisent la mort cellulaire dans les cellules endommagées. Elles peuvent donc être utiles, même lorsqu'elles sont prises immédiatement après exposition aux rayons excessifs.
- **L'extrait de thé vert** protège les cellules à division rapide de l'appareil digestif et les cellules de la moelle osseuse.
- **La quercétine et la curcumine** (ingrédients actifs de la curcuma) protègent l'ADN mitochondrial et les cellules normales des dégâts de l'irradiation.

Il n'y a pas de directives claires sur la fréquence ou les exigences des analyses régulières de la tomodensitométrie et de la mammographie pour le diagnostic de cancers et d'autres maladies. Une discussion ouverte avec le médecin est la clé pour réduire au minimum les risques de ces tests de diagnostic pour la santé. De plus, un apport optimal de micronutriments offrira une protection supplémentaire.