

هویج ، ضد سرطان است

نتایج بررسی‌های جدید دانشمندان از اثر مفید هویج در محافظت از افراد در برابر ابتلا به سرطان خبر می‌دهد.



نتایج بررسی‌های جدید دانشمندان از اثر مفید هویج در محافظت از افراد در برابر ابتلا به سرطان خبر می‌دهد. به گزارش شبکه خبر، سودمندی هویج برای تقویت بینایی پیش از این به اثبات رسیده بود اما اکنون محققان موفق شدند تاثیر آن را در کاهش بیماری‌های قلبی و پیشگیری از ابتلا به سرطان که از مهم‌ترین عوامل مرگ و میر افراد است، ثابت کنند. محققان معتقدند آنتی‌اکسیدانی به نام کارتنوئید که هویج یکی از منابع غنی از آن است، توانایی بدن را برای مبارزه با بیماری‌ها افزایش می‌دهد. تحقیقات پژوهشگران نشان می‌دهد مقادیر بالای آلفاکاروتن که در هویج یافت می‌شود، با کاهش میزان خطر مرگ در افراد ارتباط مستقیم دارد. کارتنوئیدها رنگدانه‌هایی هستند که در سبزی‌ها و میوه‌هایی مانند هویج ، گرمک ، سیب زمینی و کلم ، یافت می‌شود.