



مصرف گردو و پیش گیری از سرطان

پژوهشگران اعلام کردند مصرف گردو خطر ابتلا به سرطان سینه را کاهش می‌دهد.

جام جم آنلاین: پژوهشگران اعلام کردند مصرف گردو خطر ابتلا به سرطان سینه را کاهش می‌دهد. به گزارش واحد مرکزی خبر؛ الین هاردمن سرپرست محققان از دانشکده پزشکی جان سی ادواردز دانشگاه مارشال گفت: افزودن گردو به برنامه غذایی موش های آزمایشگاهی، خطر ابتلا آنها را به سرطان سینه به میزان قابل توجهی کاهش داد.

به گفته هاردمن، در بررسی های ژنتیکی اثبات شد که گردو فعالیت چندین ژن مرتبط با شکل گیری سلول های سرطان سینه را در موش های آزمایشگاهی تغییر داد؛ تغییر ژن ها در انسان ها نیز به همان گونه است و مصرف گردو تاثیر یکسانی بر کاهش خطر ابتلا به سرطان سینه در انسان ها دارد.

هاردمن افزود: میزان گردوی اضافه شده به برنامه غذایی موشهای آزمایشگاهی برابر با مصرف دو اونس (حدود شصت گرم) گردو در برنامه غذایی روزانه برای انسانها بود.

یافته های این تحقیق که جزئیات آن در مجله پزشکی "تغذیه و سرطان" منتشر شده است نشان می دهد اسیدهای چرب امگا 3 موجود در گردو عامل اصلی کاهش خطر ابتلا به سرطان محسوب نمی شوند و در اصل این افزایش ویتامین ای است که خطر رشد غده سرطانی را کاهش می دهد.