

## ویتامین D و کاهش ابتلا به سرطان



مصرف قرص‌های ویتامین D احتمال سرطان پانکراس را به میزان قابل ملاحظه‌ای کاهش می‌دهد. به گزارش بی‌بی‌سی دانشمندان امریکایی می‌گویند این قرص‌ها از احتمال بیماری سرطان پانکراس که تقریباً در نیمی از موارد دیر تشخیص داده می‌شود، می‌کاهند. در مطالعات گذشته نیز اثر ویتامین D در کاهش سرطان‌های پروستات، پستان و کولون مشخص شده است. به جز سیگار کشیدن، هیچ فاکتور محیطی یا غذایی با سرطان پانکراس ارتباط ندارد اما ویتامین D از تکثیر سلول‌های سرطانی جلوگیری می‌کند. بافت پانکراس (سرطانی یا سالم) حاوی سطوح بالایی از یک آنزیم است که ویتامین D را به شکل فعال آن تبدیل می‌کند. این ویتامین با افزایش جذب کلسیم در ساختن و حفظ و تقویت استخوان‌ها به بدن کمک می‌کند. محققان می‌گویند آزمایشات بیشتری باید انجام گیرد تا مشخص شود آیا دریافت ویتامین D در رژیم غذایی یا از طریق قرار گرفتن در معرض نور خورشید در این مورد تأثیر بیشتری دارد. به گفته سرپرست این تحقیق دکتر هال اسکینر اطلاعات جدید نشان می‌دهند دریافت مقادیر زیاد ویتامین D از طریق مکمل‌ها، رژیم غذایی یا نور خورشید به لحاظ جلوگیری از بیماری‌های مختلف فواید گسترده‌ای دارد.

جام‌جم آنلاین