

چرا گردو برای مردان مفید است؟

سرطان پروستات یکی از سرطان های شایع در میان مردان است...



سلامت نیوز: سرطان پروستات یکی از سرطان های شایع در میان مردان است...

محققان دانشگاه کالیفرنیا در تحقیقات اخیر خود دریافتند که گردو سرعت رشد تومورهای سرطانی پروستات را در موش های آزمایشگاهی کاهش می دهد. این مطالعه همچنین نشان داد که مصرف گردو تاثیرات مثبتی بر روی ژن های مرتبط با کنترل رشد تومور دارد.

سرطان پروستات یکی از سرطان های شایع در میان مردان است و از جمله بیماری های است که عوامل محیطی و شیوه زندگی به ویژه رژیم غذایی نقش مهمی در ابتلا یا پیشگیری از آن ایفا می کند.

در مطالعات پیشین مشخص شده بود که گردو به دلیل دارا بودن اسیدهای چرب امگا-3، آنتی اکسیدان ها و فیتوکمیکال های (مواد شیمیایی گیاهی) مختلف خطر ابتلا به بیماری های قلبی- عروقی را کاهش می دهد. تحقیق اخیر برای اولین بار ارتباط بین گردو و سرطان پروستات را مورد بررسی قرار داده است.

برای انجام این پژوهش، تعدادی از موش ها از طریق دستکاری ژنتیکی در محیط آزمایشگاه به سرطان پروستات مبتلا شدند. نتایج نشان داد که پس از 18 هفته مصرف گردو، میزان قابل توجهی از اندازه و سرعت رشد تومورهای سرطانی در آنها کاسته شد.

محققان همچنین دریافتند مصرف گردو نه تنها پیشرفت سرطان پروستات را 30 تا 40 درصد کاهش می دهد بلکه مقدار نوعی پروتئین خاص در خون را نیز کم می کند. این پروتئین یک فاکتور رشد شبه انسولین است که ارتباط بسیار زیادی با بروز سرطان پروستات دارد.

این گروه تحقیقاتی همچنین نشان دادند که گردو بر روی ژن های چندگانه مرتبط با تومورهای بدخیم پروستات اثرات مثبتی دارد.