



## تاثیر شگفت انگیز رب گوجه فرنگی در مقابله با سرطان

کارشناس تغذیه دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی گفت: پژوهشگران طی بررسی‌های گوناگون نشان داده‌اند که لیکوپن موجود در گوجه فرنگی مخصوصاً گوجه فرنگی پخته شده (رب) تاثیر محسوسی در جلوگیری از بروز سرطان پروستات که یکی از سرطان‌های شایع در بین مردان است را دارد.

سلامت نیوز: کارشناس تغذیه دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی گفت: پژوهشگران طی بررسی‌های گوناگون نشان داده‌اند که لیکوپن موجود در گوجه فرنگی مخصوصاً گوجه فرنگی پخته شده (رب) تاثیر محسوسی در جلوگیری از بروز سرطان پروستات که یکی از سرطان‌های شایع در بین مردان است را دارد.

نسرین علیزاده در گفت و گو با ایسنا، افزود: گوجه فرنگی حاوی مقادیر فراوانی از رنگدانه‌ها به نام لیکوپن است که این رنگدانه علاوه بر خواص آنتی اکسیدانی، رنگ قرمز گوجه فرنگی را موجب می‌شود.

وی با اشاره به اینکه لیکوپن در بسیاری از میوه‌ها وجود دارد، اما غلظت و تراکم آن در گوجه فرنگی بسیار زیاد است، ادامه داد: دانشمندان نشان داده‌اند که گوجه فرنگی پخته شده، می‌تواند در مقابل سرطان پروستات، سرطان سینه و هایپرپلازی خوش خیم در مردان تا حد بسیار بالایی نقش پیشگیری کننده داشته باشد.

علیزاده با بیان اینکه بر اساس تحقیقات صورت گرفته، تاثیرات لیکوپن برای جلوگیری و از بین بردن سلول‌های سرطانی در بدن، در محصولات مختلف گوجه فرنگی متفاوت است، اظهار داشت: تحقیقات نشان داده است که ماده رنگی لیکوپن می‌تواند سبب آهسته شدن رشد و حتی از بین بردن سلول‌های ناهنجار و سرطانی شود.

به گفته وی لیکوپن رشد و سرعت تکثیر سلول‌های سرطانی را به حد قابل توجهی کاهش می‌دهد.

وی به وجود سطوح گوناگونی از ریز مغذی‌ها در گوجه فرنگی اشاره کرد و افزود: نتایج تحقیقات دانشمندان نشان داده که رب و دیگر محصولات بدست آمده از گوجه فرنگی در مقایسه با گوجه فرنگی خام، تاثیر بیشتری از نظر قدرت آنتی اکسیدانی دارد.

وی تاکید کرد: پخته شدن گوجه فرنگی باعث از میان برداشته شدن دیواره سلول و بافت‌های آن شده و موجب رهایی بیشتر ماده لیکوپن می‌شود.