

Tarih: 17.01.2007 Saat: 07:04
Konu: Yaşam ve Sağlık

Brokoli ve domates prostata bire bir

Brokoli ile domatesin prostat kanseriyle mücadelede en yararlı besinler olduğu belirtildi. Illinois Üniversitesinden araştırmacılar, brokoli ile domatesin özellikle birlikte tüketildiğinde, tümörün gelişmesini engellediğini ortaya çıkardılar.

Prostat kanserinin, erkeklerde en sık görülen kanser türlerinin başında geldiğine dikkat çeken uzmanlar, bu hastalığa yakalanan kişilerin her gün bir porsiyon brokoli ile 2-3 adet domatesi birlikte tüketerek mücadele etmelerini salık verdiler. Brokoli ile domatesin içerdiği maddelerin birlikte kanser hücrelerine saldırarak büyümelerini engellediği belirtildi. YZDE 40 AZALMA Illinois Üniversitesini yiyecek bilimi uzmanlarından Prof. John Erdman, "Araştırmalar, her taze domates tüketen kişilerin prostat kanserine yakalanma riskini yüzde 40 azalttığını gösteriyor. Brokolide bulunan sulfur, kanserin gelişmesini geciktiriyor. Yki sebze de içerdikleri sülfürde deşik ancak birbirini mükemmel bir şekilde tamamlıyor" dedi. Araştırmacılar, laboratuvarında prostatlı farelerin bir bölümüne, her gün bir miktar domates ve brokoliyi birlikte yedirdiler. Bir başka grup fareye sadece domates, diğer gruba da sadece brokoli verildi. 22 hafta sonra, brokoli ve domatesin birlikte verilen fare grubundaki tümörlerin, diğerlerine oranla daha küçük ve sayı azaldığı görüldü. Uzmanlar, "Brokoli ile domates birlikte tüketildiğinde, etkisinin güçlü olduğu oldu keskin. Pipmiş domates, belki de çok daha iyi. Burada alınması gereken ders, şekerli meyve ve sebzeleri deşik şekilde hazırlayarak tüketmenin gerekliliği" dediler. Hurriyet

Gönderen Bozkurt NET:
<http://www.ulkuocagi.net>

Bu Haberin Adresi:
<http://www.ulkuocagi.net/modules.php?name=News&op=NEArticle&sid=2822>