

مقابله با سرطان با مصرف کلم بروکلی



[heading] محققان در تحقیق اخیر دریافته اند که ترکیب موجود در کلم بروکلی قادر به درمان سرطان است. [heading/]

به گزارش خبرنگار مهر، رژیم غذایی مملو از سبزیجات سبز همواره به خاطر کاهش بروز سرطان معروف بوده اند، اما حال محققان دریافته اند که سبزیجات می توانند به مبارزه با سرطان موجود در تومورها مقابله نمایند.

محققان مرکز علمی سلامت تکراس در پژوهش های خود به این نتیجه رسیده اند که ترکیب موجود در سبزیجات سبز تیره موسوم به «سولفورافان» قادر به درمان سرطان بوده و حتی به تاثیر بهتر داروهای فعلی سرطان نیز کمک می کند.

بیشترین میزان ماده سولفورافان در گیاه جوان کلم بروکلی یافت می شود، اما این ماده در کلم فندق، کلم کالی، گل کلم و کلم پیچ نیز وجود دارد. شما می توانید علاوه بر مصرف طبیعی این ماده، آن را به شکل قرص های مکمل حاوی عصاره کرم بروکلی نیز مصرف کنید.

در این مطالعه، محققان ۲۸ داوطلب انسانی بالای ۵۰ سال را که تحت عمل کلونوسکوپی قرار گرفته بودند را بر اساس عادات غذایی خوردن سبزیجات مورد ارزیابی قرار دادند.

محققان با بررسی بخش جداشده روده این داوطلبان متوجه شدند افرادی که بیشتر از سبزیجات سبزه تیره استفاده می کردند در مقایسه با کسانی که کمتر از این نوع سبزیجات می خوردند یا اصلاً مصرف نمی کردند، بیشتر در معرض تجلی ژن توقف کننده تومور قرار داشتند.



همین الان به کانال باشگاه صنایع غذایی آریا بپیوندید