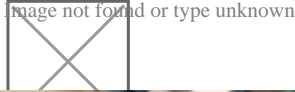


Ο καφές μειώνει τον κίνδυνο για καρκίνο του παχέος εντέρου

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Όλα

τα είδη καφέ!

Η κατανάλωση καφέ μειώνει τον κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου του παχέος εντέρου (ορθοκολικού), σύμφωνα με μια νέα αμερικανο-ισραηλινή επιστημονική έρευνα. Η μείωση του κινδύνου αφορά όλα τα είδη καφέ, ακόμη και αυτόν χωρίς καφεΐνη (ντεκαφεϊνέ). Οι ερευνητές, με επικεφαλής τον Στέφεν Γκρούμπερ του Πανεπιστημίου της Νότιας Καρολίνα, έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο περιοδικό για θέματα επιδημιολογίας του καρκίνου «Cancer Epidemiology, Biomarkers & Prevention» της Αμερικανικής Ένωσης Ερευνών στον Καρκίνο. Οι επιστήμονες ανέλυσαν στοιχεία για πάνω από 5.100 άνδρες και γυναίκες που είχαν διαγνωσθεί με καρκίνο του εντέρου κατά το προηγούμενο εξάμηνο, καθώς και για 4.000 υγιή άτομα (ομάδα ελέγχου). Η μελέτη συσχέτισε την πιθανότητα εμφάνισης της νόσου, με τις συνήθειες κατανάλωσης καφέ και άλλων ροφημάτων ή ποτών. Η έρευνα συμπέρανε ότι ακόμη και μια μέτρια κατανάλωση καφέ – ένας έως δύο καφέδες τη μέρα- σχετίζεται με μια μείωση κατά 26% της πιθανότητας εκδήλωσης καρκίνου του παχέος εντέρου. Για κατανάλωση πάνω από δυόμιση καφέδες καθημερινά, ο κίνδυνος μειώνεται έως 50%. «Βρήκαμε ότι όσο περισσότερος καφές

καταναλώνεται, τόσο μειώνεται ο κίνδυνος για ορθοκολικό καρκίνο», δήλωσε ο Γκρούμπερ. «Ξαφνιαστήκαμε κάπως που είδαμε ότι η καφεΐνη δεν φαίνεται να παίζει ρόλο σε αυτό, πράγμα που σημαίνει ότι δεν οφείλονται μόνο σε αυτήν οι προστατευτικές ιδιότητες του καφέ», πρόσθεσε. Εκτός από την καφεΐνη, ο καφές (και ο ντεκαφεϊνέ) περιέχει διάφορες ουσίες, όπως οι πολυφαινόλες και τα διτερπένια, που δρουν αντιοξειδωτικά και μπορούν να περιορίσουν την ανάπτυξη των καρκινικών κυττάρων. «Χρειαζόμαστε πρόσθετη έρευνα όμως, προτού εισηγηθούμε την κατανάλωση καφέ ως προληπτικό μέτρο. Με δεδομένο πάντως ότι υπάρχουν λίγοι κίνδυνοι για την υγεία από την κατανάλωση καφέ, θα ενθάρρυνα τους φίλους του καφέ να αγαλλιάσουν με την βάσιμη πιθανότητα ότι το καθημερινό καφεδάκι τους μπορεί να μειώσει τον κίνδυνο για καρκίνο του παχέος εντέρου», δήλωσε ο Γκρούμπερ. Ο καρκίνος του εντέρου είναι μία από τις συχνότερες μορφές καρκίνου και στα δύο φύλα παγκοσμίως.

Πηγή: .skai.gr