

Ученые назвали сок, всего один стакан которого может спасти от рака

Автор: Анна Советина, Надо.ua
21.12.2013 10:25



Как выяснилось в ходе исследований, люди могут избежать рака легких и рака молочной железы, если будут употреблять этот овощ или сок из него.

Ученые выяснили, что антиоксиданты, содержащиеся в томатах, значительно снижают риск возникновения рака легких даже у заядлых курильщиков, передает телекомпания НТВ.

Врачи предлагают простой рецепт: после каждой выкуренной сигареты выпивать стакан томатного сока пополам с водой. Такой коктейль исследователи давали лабораторным мышам, которых специально держали в прокуренном помещении.

Эксперименты на людях пока не проводились. Но, по мнению медиков, вреда от такого «лекарства» в любом случае не будет.

Исследователи из Ратгерского университета (Rutgers University), США, выяснили, что томатный сок предотвращает развитие рака молочной железы благодаря содержанию каротиноидного пигмента.

Также, по информации британского таблоида Daily Mail, на который ссылается Federal Post, исследователи из Ратгерского университета измерили уровень гормона адипонектина у 70 женщин возрастом старше 55 лет. Все участницы эксперимента имели либо избыточный вес, либо наследственную предрасположенность к раку молочной

Ученые назвали сок, всего один стакан которого может спасти от рака

Автор: Анна Советина, Надо.ua
21.12.2013 10:25

железы.

Затем они ежедневно употребляли по стакану томатного сока на протяжении 10 недель.

Ученые говорят, что они выбрали томаты, поскольку их основным компонентом является ликопин - каротиноидный пигмент. Именно наличие этого вещества придает овощам насыщенный красный цвет.

По завершении эксперимента исследователи провели повторные анализы и обнаружили, что уровень адипонектина увеличился на 9%. Таким образом, ученые выяснили: ликопин повышает уровень гормона, недостаток которого указывает на развитие злокачественных новообразований. Помимо этого, адипонектин является регулятором уровня липидов - жироподобных органических веществ, входящих в состав всех живых клеток.

Ученые подчеркнули, что те, кто не любит томатный сок, могут заменить его томатным соусом, пастой или ложкой кетчупа в день. Кроме того, небольшое количество ликопина содержится в арбузах, абрикосах, папайях и розовых грейпфрутах, но лучшим источником этого вещества все же являются томаты.

Читайте также:

[Самый полезный зимний фрукт](#)

[Продукты, которые нельзя есть натощак](#)

[Пять продуктов, которые лучше всего ускоряют метаболизм](#)

Ученые назвали сок, всего один стакан которого может спасти от рака

Автор: Анна Советина, Надо.иа
21.12.2013 10:25

[Источник](#)