

Broccoli en spruitjes tegen borstkanker?

Het eten van broccoli, spruitjes en andere groenten uit de kruisbloemenfamilie zou de kans om borstkanker te overleven verbeteren. Ook zou de ziekte minder vaak terugkomen. Dit blijkt uit een Chinese studie waarin vrouwen die borstkanker hebben gehad en veel kruisbloemige groenten aten werden vergeleken met vrouwen die weinig kruisbloemige groenten aten.

De studie omvatte bijna 5000 Chinese vrouwen met borstkanker tussen de 20 en 75 jaar. Op basis van ingevulde vragenlijsten en hun consumptie van kruisbloemige groenten werden zij ingedeeld in 5 groepen. 5 jaar na de borstkankerdiagnose werd hun gezondheidssituatie opnieuw bekeken. Tot de kruisbloemige groenten behoren o.a. bloemkool, broccoli, spruitjes, radijs en koolrabi. Vrouwen die veel kruisbloemige groenten aten, bleken 62 procent minder kans te hebben om te overlijden aan borstkanker en 35 procent minder kans om deze vorm van kanker terug te krijgen. Ze werden vergeleken met vrouwen die heel weinig groenten uit de kruisbloemenfamilie aten. Deze resultaten werden gepresenteerd door onderzoeker Sarah Nechuta van de Vanderbilt University in Nashville. 'Deze studie suggereert dat kruisbloemige groenten en de bioactieve stoffen die erin zitten, oa. glucosinolaat, vrouwen tegen borstkanker kunnen beschermen', aldus Nechuta. Met het eten verandert glucosinolaat in isothiocyanaat en indolen. Van deze laatste twee is in dier- en in-vitro-onderzoeken gebleken dat ze de groei van kanker kunnen remmen.

Vervolgonderzoek noodzakelijk

Het is volgens de onderzoeker nog te vroeg om borstkankerpatiënten een advies te geven om vooral kruisbloemige groenten te eten. Vervolgonderzoek is noodzakelijk. De resultaten zijn gepresenteerd tijdens de jaarlijkse bijeenkomst van de American Association for Cancer Research en zijn nog niet beoordeeld door andere wetenschappers.

Bron: <http://www.mc.vanderbilt.edu/news/releases.php?release=2395>