

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Wykryto związek między piciem mleka i rakiem piersi

Kobiety pijące już jedną szklankę mleka dziennie mają o połowę większe ryzyko rozwoju raka piersi - pokazało obszerne badanie. Naukowcy podejrzewają, że to skutek działania

hormonów.

Ekspertki z Loma Linda University twierdzą, że nawet umiarkowane spożycie mleka może zwiększyć zagrożenie kobiet rakiem piersi nawet o 80 proc.

Główny autor badania opisanego na łamach „Journal of Epidemiology” mówi, że przyniosło ono „całkiem mocne dowody na to, że krowie mleko lub jakieś czynniki związane z pićm krowiego mleka mogą wywoływać raka piersi u kobiet”.

„Spożycie już tylko od 1/4 do 1/3 szklanki dziennie wiązało się ze zwiększeniem ryzyka raka piersi o 30 proc. Wypijanie jednej szklanki dziennie podnosiło to ryzyko o 50 proc., a u osób pijących od jednej do dwóch szklanek dziennie, zagrożenie wzrastało o 70-80 proc.” - mówi dr Fraser.

Tymczasem np. obecne amerykańskie zalecenia mówią o potrzebie picia trzech szklanek mleka dziennie.

„Dowody pochodzące z tego badania sugerują, że ludzie powinni spoglądać na te rekomendacje z ostrożnością” - dodaje specjalista.

Naukowcy nie zanotowali dużej różnicy w ryzyku, która zależałaby od ilości tłuszczu w mleku. Jednocześnie nie zanotowali związku choroby z pićm mleka sojowego, spożyciem jogurtów, ani serów.

„Jednakże nabiał z krowiego mleka, szczególnie mleko wiązało się z podniesionym ryzykiem, a dane pokazują widoczny spadek zagrożenia związany z zamianą mleka krowiego na sojowe. Wskazuje to na możliwość, iż napoje zastępujące mleko mogą być optymalnym rozwiązaniem” - zwraca uwagę dr Fraser.

Badanie było szeroko zakrojone.

Naukowcy sprawdzili spożycie nabiału przez prawie 53 tys. Amerykanek, początkowo wolnych od raka, które były obserwowane prawie przez osiem lat. Uwzględnili też różnorodne czynniki towarzyszące, takie jak historia rodzinna raka, aktywność fizyczna, spożycie alkoholu czy korzystanie z leków.

Wyniki zgadzają się z cytowanym przez naukowców innym badaniem, według którego weganie, ale nie laktowegetarianie (spożywający m.in. jaja i mleko) mają mniejsze ryzyko choroby od niewegetarian.

Według badaczy przyczyną podniesionego ryzyka mogą być krowie hormony płciowe. Zwierzęta znajdują się bowiem w fazie laktacji, gdy zwykle 75 proc. z nich jest w ciąży. Tymczasem rak piersi reaguje właśnie na tego typu hormony.

Co więcej, spożycie mleka i innych źródeł białka zwierzęcego podnosi poziom insulinozależnego czynnika wzrostu (IGF-1), który zwiększa zagrożenie niektórymi nowotworami.

„Krowie mleko ma pewne pozytywne wartości odżywcze, ale muszą one być wyważone względem innych, mniej pozytywnych skutków. Ta praca wskazuje na pilną potrzebę dalszych badań” - podkreśla dr Fraser.

Źródło: pap.pl

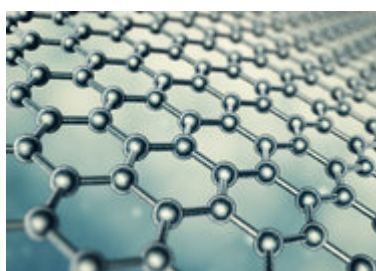
<http://laboratoria.net/aktualnosci/29478.html>



02-07-2024

Ekran dotykowy bez problematycznego indu

Tańsze i bardziej przyjazne środowisku.



02-07-2024

Świat atomów i cząsteczek

Jak dzięki różnym metodom obrazowania zobaczyć "całego słonia"



02-07-2024

Żyjemy w czasach multitożsamości

Ekspert o mediach społecznościowych.



02-07-2024

DLaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?

Równość płci może mieć związek ze swobodą wyboru tego, co się je.



02-07-2024

Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu

Alarmuje Światowa Organizacja Zdrowia.



02-07-2024

Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu

Informuje "Nature".



02-07-2024

Tancerze są mniej neurotyczni niż ogół

populacji

Jednocześnie są bardziej ugodowi i ekstrawertyczni.



02-07-2024

Rząd planuje, aby minister mógł odwołać dyrektora NCBR

Dyrektor Narodowego Centrum Badań i Rozwoju będzie mógł zostać odwołany.

Informacje dnia: [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#)

Partnerzy