

### [Akceptuje](#)

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](#)

## Pomidory obniżają ryzyko raka prostaty

**Jedzenie pomidorów może obniżyć ryzyko raka prostaty - informuje pismo "Cancer Epidemiology, Biomarkers & Prevention".**

Zespół naukowców z Bristol University wraz z kolegami z Cambridge i Oxfordu przeanalizował dietę oraz styl życia 20 tys. Brytyjczyków w wieku od 50 do 69 lat. Jak się okazało, mężczyźni

spożywający każdego tygodnia ponad 10 porcji pomidorów o 18 proc. rzadziej zapadali na raka prostaty. Brano pod uwagę zarówno świeże pomidory, jak i sok pomidorowy czy potrawy z sosem pomidorowym, np. fasolkę.

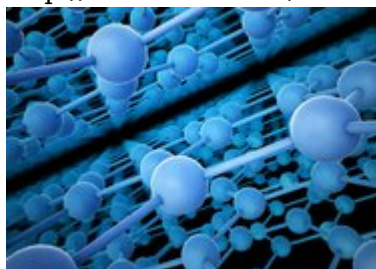
Także spożywanie zalecanych przez dietetyków pięciu porcji warzyw i owoców dziennie zmniejszyło ryzyko raka prostaty o 24 proc. w porównaniu z mężczyznami, którzy spożywali 2,5 porcji lub mniej.

Specjaliści uważają, że przeciwnowotworowe właściwości pomidorów związane są z zawartym w nich czerwonym barwnikiem likopenem o właściwościach przeciwutleniających. Może on chronić DNA komórek przed uszkodzeniem.

Rakowi prostaty zapobiegają także selen (zawarty w produktach mącznych, np. makaronie czy pieczywie) oraz wapń, którego ważnym źródłem są produkty mleczne.

Rak prostaty to drugi pod względem częstości występowania nowotwór występujący u mężczyzn. W Polsce co roku wykrywa się go u ponad 10 tys. mężczyzn, spośród których 40 proc. umiera. Jako profilaktykę eksperci zalecają zdrową dietę, spożywanie warzyw i owoców, zachowanie właściwej masy ciała oraz aktywność fizyczną.

Źródło: [www.naukawpolsce.pap.pl](http://www.naukawpolsce.pap.pl)  
<http://laboratoria.net/aktualnosc/22099.html>



28-05-2024

## [Drżące nanorurki](#)

Właściwości zależą m.in. od tego, w jaki sposób struktury te wibrują.



28-05-2024

## [Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu](#)

Informuje "Nature".



28-05-2024

## **ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA**

W roku 2022 dzieci z diagnozą ADHD było o milion więcej niż w roku 2016.



28-05-2024

## **Testy na obecność HPV**

Co osiem lat równie skuteczne, co regularna cytologia.



28-05-2024

## **Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów GMO**

Przeznaczonych do walki z malarią.



28-05-2024

## Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku

Niektóre gatunki owadów są w stanie zjadać plastik.



28-05-2024

## Terapia daremna przedłuża cierpienie, przedłuża agonię

Terapia daremna nie jest w stanie pomóc pacjentowi.



28-05-2024

## Widzimy eskalację zaburzeń związanych ze stresem

Szeroko rozumianych lękowo-depresyjnych.

**Informacje dnia:** [Drżące nanorurki](#) [Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu](#) [ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA](#) [Testy na obecność HPV](#) [Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów](#) [GMO](#) [Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku](#) [Drżące nanorurki](#) [Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu](#) [ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w](#)

[USA Testy na obecność HPV Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów GMO](#) [Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku](#) [Drżące nanorurki Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu](#) [ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA](#) [Testy na obecność HPV Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów GMO](#) [Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku](#)

## **Partnerzy**