

### [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](#)

## Czosnek powstrzymuje raka płuc



**Spożywanie surowego czosnku dwa razy w tygodniu niemal o połowę ogranicza ryzyko rozwinięcia się raka płuc, twierdzą chińscy naukowcy - informuje magazyn "Cancer Prevention Research".**

Badania wykazały, że jedzenie surowego czosnku o 44 proc. zmniejsza ryzyko zachorowania na raka płuc. Obserwacje potwierdziły się nawet, jeśli chodzi o nałogowych palaczy. W ich przypadku spożywanie czosnku zmniejszało prawdopodobieństwo zachorowania na raka o 30 proc.

O tym, jak groźna jest to choroba, świadczy fakt, iż każdego roku w Polsce na ten nowotwór umiera 20 tys. osób.

Sprawą zajmowali się naukowcy z Centrum Kontroli i Zapobiegania chorobom w chińskiej prowincji Jiangsu, porównując 1424 pacjentów chorych na raka płuc z ponad 4500 zdrowych, dorosłych osób.

Każda z tych osób opisywała swoje życiowe przyzwyczajenia, w tym dietę, włączając w to konsumpcję surowego czosnku.

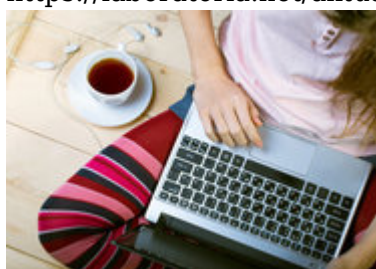
Rezultaty tych obserwacji wykazały jednoznacznie, że ci, którzy co najmniej dwa razy w tygodniu jedli surowy czosnek w wydatny sposób ograniczyli ryzyko zachorowania na raka płuc, nawet, gdy byli nałogowymi palaczami.

Poprzednie badania sugerowały, że najważniejszym związkiem chemicznym zawartym w czosnku jest allicyna ( $C_6H_{10}OS_2$ ), substancja uwalniająca się podczas rozgryzania lub siekania ząbków czosnku. Uważa się, że allicyna przyczynia się do łagodzenia stanów zapalnych w organizmie, a także działa jako przeciwutleniacz, zmniejszając narażenie komórek ciała na działanie tzw. wolnych rodników.

Nie jest do końca jasne, czy podobne działanie ma czosnek w postaci przetworzonej.

Źródło: <http://www.pap.pl>

<https://laboratoria.net/aktualnosci/18937.html>



30-03-2026

## **Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia**

Przyznał je 402 osobom.



30-03-2026

## **Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy...**

Aby chronić pisklęta przed pasożytami.



30-03-2026

## **Kierownik wyprawy polarnej**

Zmiany klimatu widać gołym okiem.



30-03-2026

## **Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze**

## cząsteczki

Informuje pismo „Nature Photonics”.



30-03-2026

## Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety

Ogłosiło Europejskie Obserwatorium Południowe (ESO).



30-03-2026

## Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą

Informuje pismo „Applied and Environmental Microbiology”.



30-03-2026

## Rękawiczki mogą zawyżać wyniki pomiarów mikroplastiku

Informuje specjalistyczne pismo „Analytical Methods”.



30-03-2026

## **Problem dezinformacji medycznej będzie narastał**

Szkolenia na UMB dla przyszłych lekarzy

**Informacje dnia:** [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej](#) [Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej](#) [Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej](#) [Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

**Partnerzy**