

### [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>



21-05-2026

## **Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej**

Resort nauki udostępnił go.



21-05-2026

## **Kleszcz to tylko pośrednik**

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków.



21-05-2026

## **Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy**

W ciągu 8 lat przeżywalność pacjentów z tym nowotworem wzrosła o 20 proc.



21-05-2026

## **Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich**

## [naturalnych siedlisk](#)

Bez zapylaczy nie ma części produkcji żywności.



21-05-2026

## [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#)

Elektrodę, która przepuszcza aż 94 proc. promieniowania podczerwonego.



21-05-2026

## [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

To wynik badania, w którym brało ponad tysiąc par matka-dziecko.



21-05-2026

## [Problemy ze snem związane z ryzykiem choroby Alzheimera u kobiet](#)

Informuje „Journal of Prevention of Alzheimer's Disease”.



21-05-2026

## Zespół policystycznych jajników zmienił nazwę

Informuje "The Lancet".

**Informacje dnia:** [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

**Partnerzy**