nieuws

Bloemkool halveert risico op prostaatkanker

nieuws

De consumptie van groenten en fruit in het algemeen leidt niet echt tot een verminderd risico op prostaatkanker. Broccoli en bloemkool bezitten daarentegen wél beschermende eigenschappen. Dat melden Amerikaanse onderzoekers in de Journal of the National Cancer Institute op basis van een studie bij 1.300 mannen. Wie wekelijks broccoli eet, heeft 45 procent minder kans op agressieve prostaatkanker. Voor bloemkool ligt dat percentage zelfs op 52 procent.

6 AUGUSTUS 2007 – LAATST BIJGEWERKT OM 4 APRIL 2020 14:38

De consumptie van groenten en fruit in het algemeen leidt niet echt tot een verminderd risico op prostaatkanker. Broccoli en bloemkool bezitten daarentegen wél beschermende eigenschappen. Dat melden Amerikaanse onderzoekers in de Journal of the National Cancer Institute op basis van een studie bij 1.300 mannen. Wie wekelijks broccoli eet, heeft 45 procent minder kans op agressieve prostaatkanker. Voor bloemkool ligt dat percentage zelfs op 52 procent.

"Indien de gevonden link van causale aard blijkt te zijn, dan lijkt het voor de hand te liggen om als primordiale preventiemaatregel tegen prostaatkanker meer bloemkool, broccoli en misschien ook spinazie te eten", aldus onderzoeksleidster Victoria Kirsch van het Cancer Care Ontario-instituut. Ook spinazie lijkt dus heilzame effecten te vertonen, al waren de bevindingen in de studie niet significant toen de onderzoekers speurden naar kankercellen die zich buiten de prostaat ontwikkeld hadden.

Volgens de BBC overlijdt in Groot-Britannië elk uur een man aan prostaatkanker. Ieder jaar wordt de ziekte vastgesteld bij 32.000 nieuwe patiënten. "Als het op voeding aankomt, bestaat er geen wondermiddel dat beschermt tegen kanker", reageert de Britse kankerdeskundige Kat Arney. "Een gezond en evenwichtig dieet biedt de beste bescherming. Dat betekent minstens vijf porties groenten en fruit per dag".(KS)

Meer informatie: Prospective Study of Fruit and Vegetable Intake and Risk of Prostate Cancer

VILT vzw

Bd Simon Bolivar 17

1000 Bruxelles

Contact

M • info@vilt.be

Volg ons op:

screenreader.visit us on our facebook page: https://www.facebook.com/vilt.nieuws/

screenreader.visit us on our linkedin page: https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/

screenreader.visit us on our instagram page: https://www.instagram.com/vilt.nieuws

screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws

screenreader.visit us on our bluesky page: https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social

---

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |

Privacy policy

Copyright

Cookie Policy

Cookie instellingen aanpassen

Crafted by Brigada