

# Groenten beschermen risicogevallen tegen longkanker

nieuws

Groenten eten is goed voor ons algemeen welzijn, dat weten we allemaal, want het heeft al heel wat kinderen gedwongen de gehate spruitjes te verorberen. Maar het gaat nog verder, zo schrijft de Daily Mail, want vooral die groente biedt, net als veel koolsoorten en broccoli, bij risicogevallen ook bescherming tegen longkanker. Tot die risicogevallen behoren mensen die een tekort hebben aan de twee genen die een rol spelen bij de werking van isothiocyaten.

🕒 31 OKTOBER 2005 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 13:55

Groenten eten is goed voor ons algemeen welzijn, dat weten we allemaal, want het heeft al heel wat kinderen gedwongen de gehate spruitjes te verorberen. Maar het gaat nog verder, zo schrijft de Daily Mail, want vooral die groente biedt, net als veel koolsoorten en broccoli, bij risicogevallen ook bescherming tegen longkanker. Tot die risicogevallen behoren mensen die een tekort hebben aan de twee genen die een rol spelen bij de werking van isothiocyaten, die de mens tegen deze vorm van kanker beschermen. En in alle soorten kool, in broccoli en in spruitjes zit een grote hoeveelheid van die isothiocyaten, zo blijkt uit een onderzoek waarvan de resultaten worden gepubliceerd door het tijdschrift The Lancet.

Het onderzoek werd verricht door dr. Paul Brennan, van het in Lyon gevestigde Internationaal Bureau voor Kankeronderzoek, en er namen 2.141 longkankerpatiënten en 2.168 gezonde personen aan deel. Het DNA van die proefpersonen werd onderzocht, net als hun eetgewoonten. En daaruit werd de conclusie getrokken dat het eten van groenten bij de mensen met één zo'n 'niet-actief gen' een derde meer bescherming biedt en bij de mensen die beide genen misten zelfs 72 procent beter beschermt tegen deze gevreesde en vaak dodelijke vorm van kanker.

**Bron:** De Morgen

# VILT vzw

Bd Simon Bolivar 17  
1000 Bruxelles

## Contact

M • [info@vilt.be](mailto: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](https://x.com/vilt_nieuws)

 screenreader.visit us on our bluesky page:  
<https://bsky.app/profile/viltnieuwbsky.social>

---

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |

[Privacy policy](#)

[Copyright](#)

[Cookie Policy](#)

[Cookie instellingen aanpassen](#)

Webdesign by Who Owns The Zebra