nieuws

Helpt vezelrijke voeding toch niet tegen darmkanker?

nieuws

Wie vezelrijke voeding eet, vermindert zijn kans om darmkanker te krijgen, zo klinkt het devies. Maar dat klopt niet, melden wetenschappers deze week in het medische vakblad Journal of the American Medical Association. Eerdere studies die een verband zochten tussen de vezelconsumptie en de kans op kanker in het laatste deel van de dikke darm, kwamen tot tegenstrijdige bevindingen.

15 DECEMBER 2005 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 13:55

Wie vezelrijke voeding eet, vermindert zijn kans om darmkanker te krijgen, zo klinkt het devies. Maar dat klopt niet, melden wetenschappers deze week in het medische vakblad Journal of the American Medical Association. Eerdere studies die een verband zochten tussen de vezelconsumptie en de kans op kanker in het laatste deel van de dikke darm, kwamen tot tegenstrijdige bevindingen.

Onderzoekers van de Harvard School of Public Health in Boston en andere instituten hebben nu dertien dergelijke studies onder de loep genomen, en alle resultaten aan een nieuwe analyse onderworpen. Die omvatten alles samen meer dan 700.000 mannen en vrouwen, in Europa en de Verenigde Staten, die zes tot twintig jaar lang gevolgd werden.

In eerste instantie bleek die meta-analyse de goede raad te bevestigen: wie veel vezels at, had een lager risico op dikkedarmkanker. Maar als rekening werd gehouden met de mate waarin de onderzochte personen vitaminen of foliumzuur slikten, of veel rood vlees, volle melk of alcohol gebruikten, bleek er geen zuiver verband tussen vezelconsumptie en dikkedarmkanker.

"Maar dat neemt niet weg dat een dieet rijk aan plantenvezels aan te raden blijft, omdat het samengaat met een lager risico op chronische aandoeningen zoals hartziekten en suikerziekte", schrijven onderzoeker Yikyung Park en zijn collega's.

Volgens John Baron van de Amerikaanse Dartmouth Medical School is over de relatie

tussen darmkanker en voedingsvezels het laatste woord nog niet gezegd, en blijven er ook aanwijzingen voor een positief effect in de relatie tot darmkanker.

Bron: De Standaard

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