nieuws

"Vegetariërs tot 50% minder kans op kanker"

nieuws

"Wie nooit vlees of vis op zijn bord legt, maakt tot de helft minder kans op het ontwikkelen van leukemie, blaas- en maagkanker". Tot die conclusie is een groep Britse vorsers gekomen na een onderzoek bij 61.000 mensen. Professor Van Belle, kankerspecialist aan het UZ Gent relativeert: "Naast voeding zijn er nog heel wat andere bepalende factoren".

2 JULI 2009 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:08

Lees meer over:
gezondheid
onderzoek

"Wie nooit vlees of vis op zijn bord legt, maakt tot de helft minder kans op het ontwikkelen van leukemie, blaas- en maagkanker". Tot die conclusie is een groep Britse vorsers gekomen na een onderzoek bij 61.000 mensen. Professor Van Belle, kankerspecialist aan het UZ Gent relativeert: "Naast voeding zijn er nog heel wat andere bepalende factoren".

Het medische vakblad British Journal of Cancer pakte deze week uit met de conclusies van een groots opgezette Engelse onderzoek. Gedurende twaalf jaar werden 61.000 mensen tussen 20 en 89 jaar gevolgd. Ruwweg de helft ervan is vegetariër (vlees noch vis).

Gedurende die periode kregen 3.350 mensen uit die groep 20 verschillende soorten kanker. Daarvan waren er 2.204 (68%) vleeseters, 800 (24%) vegetariërs en 300 (9%) viseters (die nooit vlees eten). Van die 3.350 kankerpatiënten waren er 180 vleeseters die bloedkanker (leukemie) ontwikkelden, tegenover slechts 49 vegetariërs en 28 viseters.

Voor prostaatkanker en borstkanker waren er nauwelijks verschillen tussen de verschillende eettypes, bij maag- en blaaskanker was dat verschil er weer wél. "Wie

enkel fruit en groenten eet, maakt tot de helft minder kans op het ontwikkelen van leukemie, blaas- en maagkanker", concluderen de onderzoekers.
Tim Key, wetenschappelijk medewerker bij de Kankeradviesraad van Engeland, schrikt niet van de resultaten. "Het was al bekend dat wie veel rood vlees eet, makkelijker maagkanker ontwikkelt. Deze studie bevestigt dat alleen maar. Al maak ik toch één kanttekening: vermoedelijk leidt niet alleen het ontbreken van vlees tot een gezonder leven, maar ook het gevarieerde voedselaanbod van natuurlijke vezels, fruit en groenten".

"De conclusie op zich is niet nieuw", reageert professor Simon Van Belle, die als kankerspecialist verbonden is aan het UZ Gent. "Bepaalde etnische groepen die zuiver vegetarisch eten hebben nu eenmaal minder kans op kankers dan de rest van de bevolking. Al is het wel gevaarlijk om enkel naar het eetpatroon van de onderzochte groep te kijken. Vaak zijn er nog heel wat andere factoren die mee bepalen of je al dan niet kanker krijgt".

Toch is het percentage van 50% minder kans op leukemie, maag- en blaaskanker voor vegetariërs indrukwekkend. "Procentueel is dat inderdaad opmerkelijk", zegt Van Belle. "Maar in absolute cijfers zijn ze al een stuk minder indrukwekkend. Niet toevallig zijn het drie types van kanker die weinig voorkomen. Nog geen 5% van alle kankerpatiënten lijdt aan één van deze drie soorten. Laten we de resultaten dus maar niet als heiligmakend beschouwen, maar ze voldoende relativeren", besluit Van Belle in Het Laatste Nieuws.

Bron: Het Laatste Nieuws

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