

Исследование, опубликованное в журнале JAMA Network Open, продемонстрировало связь между растительной диетой и снижением риска прогрессирования локализованного рака простаты с течением времени. Люди с этим видом рака, которые употребляли больше всего растительной пищи, имели меньше всего шансов на ухудшение симптомов онкологии.

Также результаты этой работы показали, что при употреблении в основном растительной пищи и меньшего количества продуктов животного происхождения после постановки диагноза рака простаты может быть связано с более успешным его лечением. Об этом сказала автор исследования Стейси А. Кенфилд, доктор медицинских наук, профессор урологии.

Новое исследование является продолжением исследования, проведённого Кенфилд и её коллегами. В ходе этой более ранней научной работы обнаружилась связь между растительной диетой и снижением риска возникновения рака простаты, особенно у мужчин до 65 лет.

В рамках нового исследования команда учёных собрала данные о 2062 мужчинах с неметастатическим раком простаты, включённых в исследование Cancer of the Prostate Strategic Urologic Research Endeavor (CaPSURE). Средний возраст мужчин составлял 65 лет, 95% из них были белыми.

Учёные выяснили, что у тех, кто ел больше всего растительной пищи, риск прогрессирования рака простаты был на 47% ниже. Среди 680 мужчин, у которых был рак по крайней мере средней степени тяжести, у тех, кто ел больше всего растительной пищи, вероятность обострения рака снизилась на 55%. При этом у людей с раком предстательной железы низкой степени злокачественности не было никакой связи между диетой и прогрессированием болезни.

С лучшими результатами лечения пациентов с раком простаты связаны такие продукты, как орехи, авокадо и оливковое масло, рыба, варёные помидоры и овощи семейства крестоцветных (брокколи, цветная капуста).

Материалы новостного характера нельзя приравнивать к назначению врача. Перед принятием решения посоветуйтесь со специалистом.