

作者：钱铮 来源：新华网 发布时间：2008-9-23 17:13:29

小字号

中字号

大字号

日本研究发现钙加维生素D能降低患大肠癌风险

日本九州大学等机构的一项研究显示，适量摄取钙和维生素D可使患大肠癌的风险降低60%。

据日本《朝日新闻》网站9月22日报道，研究人员从日本福冈市及其近郊的居民中挑选了1697名同一年龄段的人作为调查对象，其中836人为大肠癌患者，另外861人为健康者。研究人员详细询问了被调查者的饮食和其他习惯，分析他们的生活习惯和大肠癌发病风险之间的关系。

研究人员按照钙的每日摄取量给调查对象分组，发现钙摄取量最多的一组，即平均每天摄入约700毫克钙的小组，比平均每天摄取约400毫克钙的小组，患大肠癌的风险要低30%左右。

但调查还发现，摄取大量钙而几乎不摄取维生素D的人，其患大肠癌的风险未见明显降低。平均每天摄取约700毫克钙和10微克维生素D的人，比很少摄取钙又几乎不摄取维生素D的人，患大肠癌的风险最多降低60%。

欧美研究小组曾报告，通过喝牛奶摄入丰富的钙可使大肠癌的发病风险降低约20%。维生素D在动物的肝和禽蛋中含量较多，鱼肝油中的维生素D含量尤其丰富。开展上述调查的日本研究人员指出，维生素D有助于钙质吸收，或许正因为如此，同时提高两者的摄取量可使预防大肠癌的效果更佳。

发E-mail给：



打印 | 评论 | 论坛 | 博客

相关新闻

- 维生素D受体基因突变与黑素瘤风险相关
- 《科学》：病原菌和益生菌合成呼吸所需维生素的机...
- 科学家最新发现：吃素容易导致脑萎缩
- 捷克科学家发现维生素E类似物可抗癌
- 英研究称高维生素C摄入或可降低患糖尿病风险
- 研究确认孕妇维生素D状况影响幼儿乳牙健康
- 美研究称癌症患者应慎服维生素
- 研究发现维生素D有助抑制乳腺癌

一周新闻排行

- 方舟子：三聚氰胺是怎么加到牛奶中的
- 港大教授岳中琦：四川地震因地底藏大量天然气
- 科学时报：从复旦大学杜绝考研专业户谈开去
- 黄道京：三鹿奶粉事件凸显了哪些问题
- 就三鹿事件专访周泽：国家免检制度完全没有必要存在
- 杂交稻新品种拍得1180万 袁隆平称是新尝试
- 周光召痛批重科研投入、轻原创性成果的现象
- 调查发现篇幅长的论文引用率高