

## عنوان مقاله:

انار و پیشگیری و درمان سرطان پستان

## محل انتشار:

چهارمین کنگره سراسری سرطان های زنان ایران (سال: 1391)

تعداد صفحات اصل مقاله: 1

## نویسندگان:

نسرین فاضل - کارشناس ارشد مامایی و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی سبزوار

فهیمه ریواده - دانشجو ارشد مطالعات زنان دانشگاه آزاد بافت کرمان

## خلاصه مقاله:

سرطان پستان جزء شایع ترین سرطان ها بوده و شیوع آن در حال افزایش می باشد. بطوری که از 8 نفر خانم، یک نفر در طول دوره زندگی دچار این سرطان می شود و نیز دومین علت مرگ بدلیل بیماری های بدخیم در خانم ها را تشکیل می دهد توصیه های WHO شیوع و بروز سرطان پستان در ایران و امکانات موجود در کشور Mass screening نبوده و بنابراین early detection و پیشگیری با هدف کاهش مورتالیتی و بهبود کیفیت زندگی زنان است. امروزه به دلیل اثرات نامطلوب آنتی اکسیدان های سنتزی تمایل روز افزونی به استفاده از آنتی اکسیدان های طبیعی وجود دارد. شواهد اپیدمیولوژیکی نشان داده اند که مصرف مناسب غذاها و یا نوشیدنی های غنی از ترکیبات فنولیک و آنتی اکسیدان ها، میزان ابتلا به بسیاری از بیماری ها را کاهش می دهد. در سال های اخیر، مطالعات متعددی بر روی منابع طبیعی به منظور یافتن منابع غنی از آنتی اکسیدان ها و نقش مصرف این ترکیبات در محافظت بدن در برابر صدمات ناشی از استرس اکسیداتیو انجام شده است. آب انار نسبت به سایر آب میوه های مورد مطالعه از ترکیبات فنولیک بیشتری برخوردار می باشد و ظرفیت تام آنتی اکسیدانی آن بالا است، همچنین توانایی زیادی در مهار رادیکال های مختلف را دارد و می تواند اثرات سودمندی در تقویت سیستم دفاع آنتی اکسیدانی بدن و کاهش استرس اکسیداتیو داشته باشد پژوهشگران دانشگاه اوهایو دریافتند میوه های قرمز دارای آب و دانه، به طور طبیعی یک نوع ماده شیمیایی به نام « اسید الاجیک » تولید می کنند که به نظر می رسد برای جلوگیری از رشد سلول های سرطان در بافت های پستان دارد و اثرات ده ها ترکیب موجود در انار که با مبارزه با سرطان سینه مرتبط اند، مطالعه کردند. پژوهشگران دانشگاه کالیفرنیا آمریکا معتقدند، میزان آنتی اکسیدان اب انار که به فنولیک موسوم است، از انواع چای سبز و زیتون سیاه نیز به مراقبت بیشتر است. نتایج پژوهش ها نشان می دهد می توان با استفاده از آب میوه های قرمز دانه دار، بویژه انار، موجب افزایش قدرت بدن در مبارزه با رشد سرطان پستان شد.

## کلمات کلیدی:

انار، ترکیبات فنولیک، فعالیت آنتی اکسیدانی، سرطان پستان

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/421348>

