

افزایش ریسک سرطان روده حتی با مصرف کم گوشت قرمز و فرآوری شده

شناسه خبر: 4595212

منبع: خبرگزاری مهر

۳۱ فروردین ۱۳۹۸ - ۰۶:۵۰

لینک خبر: mehrnews.com/news/4595212



محققان عنوان می کنند حتی مصرف کم و روزانه گوشت قرمز و فرآوری شده هم می تواند ریسک ابتلا به سرطان روده بزرگ را افزایش دهد.

به گزارش [خبرنگار مهر](#)، محققان دریافتند افرادی که روزانه سه ورقه گوشت فرآوری شده (می خورند با افزایش ۲۰ درصدی ریسک ابتلاء به سرطان روده روبرو هستند.

در این مطالعه حدود ۵۰۰ هزار مرد و زن بریتانیایی در رده سنی ۴۰ تا ۶۹ سال به مدت میانگین ۵.۷ سال تحت نظر بودند.

در طول این مدت ۲۶۰۹ نفر مبتلا به سرطان روده شدند.

محققان مشاهده کردند به ازای هر ۱۰ هزار نفر در مطالعه که روزانه ۲۱ گرم گوشت قرمز و فرآوری شده می خوردند، ۴۰ نفر مبتلا به سرطان روده تشخیص داده شدند. این تعداد با مصرف روزانه ۷۶ گرم، به ۴۸ نفر افزایش یافت.

طبق دستورالعمل فعلی خدمات بهداشت ملی بریتانیا، مصرف روزانه گوشت قرمز و فرآوری شده نباید بیش از ۷۰ گرم در روز باشد.