

# VITAMIN E CÓ THỂ LÀM GIẢM NGUY CƠ UNG THƯ GAN

Theo nghiên cứu vừa được công bố trên Tạp chí của Viện Ung thư Quốc gia, Trung Quốc, nếu cơ thể người được hấp thụ nhiều Vitamin E có thể làm giảm nguy cơ ung thư gan.

Vitamin E là một vitamin tan trong chất béo, được xem là một chất chống oxy hóa và nhiều nghiên cứu thực nghiệm đã cho rằng vitamin E có thể ngăn chặn hủy hoại DNA.

Hiện nay, ung thư gan là nguyên nhân gây tử vong thứ 3 trong những căn bệnh ung thư trên thế giới, ung thư phổ biến thứ 5 ở nam giới và thứ 7 ở phụ nữ. Đồng thời, có đến 85% ung thư gan xảy ra ở các nước đang phát triển.

Để xác định mối quan hệ giữa lượng vitamin E và nguy cơ ung thư gan, các nhà nghiên cứu từ Đại học Giao thông Thượng Hải đã phân tích dữ liệu từ tổng cộng 132.837 cá nhân ở Trung Quốc, đây là những người đã ghi danh vào Nghiên cứu sức khỏe phụ nữ Thượng Hải (SWHS) từ 1997-2000 và Nghiên cứu sức khỏe Đàn ông Thượng Hải (SMHS) từ 2002-2006.

Các nhà nghiên cứu đã sử dụng các câu hỏi dưới dạng tần số để thu thập dữ liệu về thói quen ăn uống của người tham gia. Họ đã được hỏi về mức độ tiêu thụ một số loại thực phẩm phổ biến trong đô thị Thượng Hải, kể cả những trường hợp đã bổ sung vitamin.

Các nhà nghiên cứu sau đó đã so sánh nguy cơ ung thư gan giữa những người có lượng vitamin E lớn với những người có lượng thấp và thấy rằng mối quan hệ giữa liều lượng vitamin E và nguy cơ ung thư gan trong cơ thể có tỉ lệ nghịch với nhau. Do đó, các nhà khoa học tin rằng Vitamin E có tác dụng làm giảm nguy cơ ung thư gan trên cơ thể con người.