

## GIẢM NGUY CƠ UNG THƯ VÚ NHỜ CÀ PHÊ

Nghiên cứu mới đăng trên tạp chí BioMed đã chỉ ra rằng cà phê không những mang hương vị tuyệt vời mà còn có thể giảm thiểu nguy cơ ung thư vú ở đại đa số nữ giới.

Cụ thể, cà phê giúp làm giảm thụ thể estrogen (ER), là thành phần hooc môn sinh sản, đồng thời cũng là nguyên nhân chính gây nên căn bệnh này. Một khi lượng hooc môn estrogen giảm thì nguy cơ ung thư vú sẽ không còn là vấn đề đáng lo ngại.

Các nhà nghiên cứu Thụy Điển đã tiến hành so sánh mức độ tiêu thụ cà phê của phụ nữ mắc bệnh ung thư vú và những người khỏe mạnh bình thường trong cùng một độ tuổi để bị chứng bệnh này. Kết quả cho thấy tỉ lệ nhiễm bệnh ở những phụ nữ có thói quen uống cà phê hằng ngày thấp hơn nhiều so với những người hiếm khi uống.

Các nhà nghiên cứu cũng khẳng định rằng có rất nhiều nhân tố ảnh hưởng đến khả năng mắc bệnh ung thư vú, chẳng hạn như phụ nữ ở vào độ tuổi mãn kinh, chế độ luyện tập thể dục, cân nặng, hiểu biết hay tính di truyền. Do vậy, uống cà phê chỉ có thể giảm thiểu nguy cơ nhiễm bệnh bởi nó có thể kìm hãm sự phát triển của hooc môn estrogen.

Song, không thể phủ nhận rằng, uống cà phê là phương pháp đơn giản và hiệu quả nhất để bảo vệ phụ nữ khỏi căn bệnh chết người này.