

## يرتبط بانخفاض الإصابة مبكراً بسرطان القولون D فيتامين



بشكل (D) وفقاً لدراسة منشورة حديثاً في مجلة «أمراض الجهاز الهضمي»، فإن تناول كميات أعلى من فيتامين أساسي من المصادر الغذائية يسهم في الوقاية من الإصابة بسرطان القولون والمستقيم المبكر، ومن تكوّن الأورام الحميدة بالقولون التي تتحول في بعض الأحيان إلى أورام خبيثة. وتبين في الدراسات المخبرية أن لهذا الفيتامين نشاطاً معروفاً ضد سرطان القولون والمستقيم، ونظراً لأن نقصه كان يتزايد باطراد خلال السنوات القليلة الماضية فقد تساءل الباحثون عن نتيجة ذلك في ما يتعلق بارتفاع معدلات الإصابة لدى الشباب

وأظهرت النتائج أن إجمالي تناوله بمعدل 300 وحدة دولية يومياً أو أكثر - أي ما يعادل نحو 3 أكواب حليب بحجم 230. مليتراً تقريباً - ارتبط بانخفاض خطر الإصابة بسرطان القولون والمستقيم في وقت مبكر بنسبة 50٪ تقريباً

من المصادر الغذائية والمكملات لأكثر من (D) وتم التوصل لتلك النتائج من خلال حساب إجمالي مدخول فيتامين 94200. امرأة شاركن في دراسة سابقة

