

## **Všetko je jinak: Vitamínové doplňky môžu zabíjať, tieto podporujú vznik rakoviny!**



Ilustračný obrázok pred 22 hodinami

ŠTOKHOLM - So šokujúcim tvrdením prišli vedci zo Švédska. Zverejnili štúdiu, ktorá popiera doteraz známe fakty o konzumácii antioxidantov. Panuje všeobecná mienka, že na zdravie organizmu pôsobia priaznivo. Prírodné antioxidanty však často nahrádzajú syntetické alebo umelé. Donedávna sme si mohli myslieť, že tie umelé sú ideálnou náhradou prírodných

antioxidantov. Najnovšia štúdia však ukazuje, že to tak nie je.

Podľa švédskej štúdie **umelo koncentrované antioxidanty** ako **vitamín E, beta karotén, zlúčeniny selénu a ďalších kovov**

, ktoré odborníci dlhodobo odporúčali ako doplnok stravy, môžu podporiť vznik rakovinového bujnenia. Ide najmä o rizikovú skupinu ľudí, ku ktorým patria napr. fajčiari. Štúdiu zverejnil časopis Science Translational Medicine.

**"Antioxidanty umožňujú nádorovým bunkám uniknúť pôsobeniu vlastného obranného systému,"** vysvetlil pozorované negatívne účinky Per Lindahl z univerzity v Gothenburgu. Ide v podstate o to, že aj najmenšie ložiská, ktoré sa ani prístrojmi nedajú zistiť, môžu tak nekontrolovateľne bujnieť.

Odborná štúdia varuje, aby zdraví ľudia neužívali v rámci prevencie potravinové doplnky s vyšším obsahom antioxidantov. Zároveň však nespochybňujú pozitívne účinky týchto látok v boji proti podvýžive. Odborníci teda dvíhajú varovný prst a vystríhajú: **„Doplňky obsahujúce betakarotén, vitamín E a zrejme aj vysoké dávky vitamínu A sú zdraviu škodlivé.“**

Pritom teória podložená na laboratórnych experimentoch na zvieratách však preukázala, že antioxidanty majú ochranné pôsobenie na bunky a DNA.

Zverejnená švédsko štúdia tak podporila článok z decembrového vydania vestníka Annals of Internal Medicine. V ňom varovali, že potravinové "doplnky obsahujúce betakarotén, vitamín E a zrejme aj vysoké dávky vitamínu A sú zdraviu škodlivé" a že ďalšie antioxidanty "sú neúčinné".

Prevzaté z: <http://www.topky.sk/>