

# ارتباط سرطان روده با قهوه

ابتلا به سرطان روده بزرگ با مصرف قهوه کاهش می‌یابد.

به گزارش رکنا، براساس مطالعه دانشمندان دانشگاه کالیفرنیا، مصرف **قهوه** خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ را کاهش می‌دهد و از بروز سرطان کولورکتال در بیشتر موارد جلوگیری می‌کند. قهوه یکی از نوشیدنی‌های پرطرفدار در بین مردم امریکا است، به طوری که 83 درصد از بزرگسالان این نوشیدنی را میل می‌کنند. قهوه به خاطر آنتی‌اکسیدان‌هایش از رشد سلول‌های سرطانی جلوگیری می‌کند.

بر اساس این مطالعه، مصرف دو فنجان قهوه در روز 26 درصد ابتلای افراد به سرطان‌های ژنتیکی و گوارشی را کاهش می‌دهد و این مسئله در مورد قهوه‌های بدون کافئین هم صدق می‌کند. کافئین و پلی‌فنول دو ماده اصلی تشکیل دهنده قهوه است که به خاطر داشتن آنتی‌اکسیدان مصرف این نوشیدنی از رشد سلول‌های سرطانی جلوگیری می‌کند و سیستم ایمنی و دفاعی بدن را به طرز قابل توجهی افزایش می‌دهد. گفتنی است که 5 درصد از مردان و 4 درصد از زنان آمریکایی به بیماری سرطان کولورکتال مبتلا بوده که با مصرف قهوه از بروز این سرطان جلوگیری می‌شود.

منبع: [رکنا](#)