

Ekstrakt brokule

mogao bi inhibirati stanice karcinoma dojke

Sulforafan, tvar derivirana iz brokule i klica brokule, mogla bi pomoći u prevenciji ili liječenju karcinoma dojke inhibiranjem matičnih stanica karcinoma (CSC), tvrdi se u novom istraživanju provedenome u SAD-u.

Autori izvješćuju da nova istraživanja pokazuju da matične stanice karcinoma imaju sposobnost poticanja otpornosti na tumor kao i recidiv/ponovnu pojavu karcinoma, a postoje i dokazi za teoriju prema kojoj različiti karcinomi nastaju te se održavaju pomoću malog broja matičnih stanica karcinoma.

Izvor: Kliničko istraživanje karcinoma

Objavljeno na Internetu prije tiskanja: doi: 10.1158/1078-0432.CCR-09-2937

Naslov: Sulforafan, hranjiva tvar iz brokule/klica brokule inhibira matične stanice karcinoma dojke

Autori: Y. Li, T. Zhang, H. Korkaya, S. Liu, H. Fang Lee, B. Newman, Y. Yu, S. G. Clouthier, S. J. Schwartz, M. S. Wicha, D. Sun

Antioksidacijsko svojstvo češnjaka

češnjak bi mogao smanjiti rizik od karcinoma debelog crijeva

Kanadski znanstvenici otkrili su da je antioksidacijsko svojstvo češnjaka povezano s organskom tvari alicinom. Ovim se otkrićem produbljuje naše razumijevanje mogućih blagotvornih svojstava ove hrane i omiljenog dodatka prehrani.

Češnjak ima antioksidacijske učinke zahvaljujući tvari pod nazivom sulfinska (sulfenic) kiselina koja nastaje razgradnjom alicina, prema podacima objavljenima u međunarodnom izdanju Angewandte Chemie.

Izvor: Međunarodno izdanje Angewandte Chemie

Svezak 48., Izdanje 1., Stranice: 157-160

"Češnjak: Izvor glavnih antioksidanata - sulfinske kiseline"

Autori: V. Vaidya, K.U. Ingold, D.A. Pratt

Omega-3 s glukozaminom odličan za zdravlje zglobova

Kombiniranjem omega-3 masnih kiselina s glukozaminom postižu se bolji rezultati liječenja zglobova nego samo uporabom glukozamina, tvrdi novo istraživanje iz Njemačke.

Dr. Gruenwald i njegovi suradnici angažirali su 177 ljudi s umjerenim do ozbiljnim osteoartritisom kuka ili koljena te su im nasumično odredili uzimanje ili dodatka prehrani s glukozamine sulfatom ili glukozaminom s omega-3 masnim kiselinama.

Nakon 26 tjedana uzimanja dodataka prehrani, znanstvenici su testirali razine boli uporabom WOMAC mjerila (Indeks artroze Sveučilišta zapadnog Ontarija i McMastera). Kombinirani je proizvod smanjio jutarnju ukočenost te bol u kukovima i koljenima za 48,5 do 55,6 posto, u usporedbi s 41,7 do 55,3 posto kod grupe koja je uzimala samo glukozamin.

Izvor: Novosti u terapiji Svezak 26, Izdanje 9, Stranice 858-871

"Učinak glukozamin sulfata s ili bez omega-3 masnih kiselina kod pacijenata s osteoartritisom"

Autori: J. Gruenwald, E. Petzold, R. Busch, H.-P. Petzold, H.-J. Graubma

Koenzim Q10

mogao bi smanjiti umor nakon vježbanja

Dodaci prehrani s Q10-om mogli bi poboljšati fizičke sposobnosti te smanjiti osjećaj umora povezan s tjelesnim aktivnostima, izvješćuju japanski znanstvenici.

I umor i vrijeme oporavka bili su skraćeni zahvaljujući uzimanju koenzima Q10 tijekom osam dana, prema dvostrukom-slijepom istraživanju s placebo-kontrolnom grupom provedenom na 17 zdravih dragovoljaca koje je objavljeno u časopisu Prehrana.

Razina koenzima Q10 kojeg proizvodi tijelo počinje opadati nakon 20. godine te se koenzim koncentrira u mitohondrijima - "elektranama" stanice. On ima vitalnu ulogu u proizvodnji kemijske energije sudjelovanjem u proizvodnji adenozin trifosfata (ATP), tzv. tjelesne "električne energije". Dokazana je još jedna uloga Q10, a to je da koenzim Q10 djeluje kao snažan antioksidant. Koenzim ima važnu ulogu u očuvanju razina vitamina E i C.

Izvor: Prehrana (Elsevier)

Objavljeno na Internetu prije tiskanja 13. veljače 2008., doi:10.1016/j.nut.2007.12.007

"Učinci koenzima Q10 protiv umora tijekom fizičkih napora"

Autori: Kei Mizuno, M. Tanaka, S. Nozaki, H. Mizuma, S. Ataka, T. Tahara, T. Sugino, T. Shirai, Y. Kajimoto, H. Kuratsune, O. Kajimoto, Y. Watanabe

Koenzim Q10

mogao bi poboljšati kakvoću sperme

Dodaci prehrani u obliku koenzima Q10 (CoQ10) mogli bi poboljšati pokretljivost i gustoću sperme kod neplodnih muškaraca, prema novom istraživanju u kojem je korišten sastojak proizvođača Kaneka.

Kakvoća sperme povezana je s razinom oksidacijskog stresa. Kako bi se testiralo mogu li razine koenzima Q10 imati blagotvorne učinke na kakvoću sperme, Safarinejad je angažirao 212 neplodnih muškarca te im je nasumično odredio primanje dnevne doze dodatka prehrani s CoQ10 (300 mg, Kaneka, Japan) ili placeba tijekom 26 tjedana. Ovaj je postupak proveden nakon 30 tjedana tijekom kojih nije bilo nikakvih intervencija.

Znanstvenici su otkrili znatna poboljšanja kako gustoće tako i pokretljivosti sperme nakon uzimanja dodatka prehrani s koenzimom. Utvrđena je i pozitivna veza u odnosu na broj spermija. Na kraju, povećanje akrosomske reakcije za 100% primijećeno je kod grupe koja je uzimala koenzim Q10 u usporedbi s 1%-tnim povećanjem kod placebo grupe. Akrosomska reakcija pomaže kod penetracije jajašca te stoga i oplodnje.

Izvor: Časopis za urologiju

Svezak 182, Izdanje 1, Stranice 237-248

"Učinkovitost koenzima Q10 na parametre sjemena, funkciju sperme i reproduktivne hormone kod neplodnih muškaraca"

Autori: M.R. Safarinejad