

长期食用酸奶可降低患近端结肠癌风险

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/31692.html>

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

长期食用酸奶可降低患近端结肠癌风险

。科技日报北京2月13日电（记者张佳欣）由美国麻省总医院布里格姆医院团队领导的一项新研究发现，长期食用酸奶可改变肠道微生物群，从而预防某些结直肠癌，尤其是近端结肠癌。研究结果发表在最近的《肠道微生物》杂志上。



酸奶中含有多种益生菌。图片来源：酸奶营养网

?

有证据表明，酸奶等益生菌可能通过影响肠道菌群组成或肠道屏障功能，发挥预防癌症的作用。在酸奶中含有的益生菌中，双歧杆菌被认为具有抑制肿瘤的作用。

为了研究定期食用酸奶能否影响患结直肠癌的风险，以及这种影响是否取决于肿瘤中是否存在双歧杆菌，团队对来自两项前瞻性队列研究以及前瞻性队列新发肿瘤生物库方法（PCIBM）的132000多人进行了跟踪研究。参与者回答了吃了多少原味酸奶、调味酸奶以及其他乳制品的问题。

结果发现，每周食用两份或两份以上酸奶的参与者，“双歧杆菌阳性近端结肠癌”的发病率降低了20%。这种类型的癌症发生在结肠的右侧，并且比其他类型的结直肠癌更致命。

团队推测，长期食用酸奶可能通过改变肠道微生物群（包括双歧杆菌）来降低近端结肠癌的风险，但他们指出，还需要结合基础科学和人群健康研究开展进一步研究，才能得出明确结论。

作者：张佳欣 来源：科技日报

更多 科学进展 请访问 <https://www.iikx.com/news/progress/>

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，[爱科学iikx.com](https://www.iikx.com)转发