

بذور الكتان تحارب مرض السرطان



الأحد 14 أكتوبر 2018 11:10 م

اكتشف العلماء مركبات موجودة في بذور الكتان يمكنها القضاء على الخلايا السرطانية وأيضا بعض المركبات التي تفيد جسم الإنسان

جاء ذلك في خبر نشرت في مجلة Journal of Clinical Oncology، أن بذور الكتان لها خصائص علاجية مميزة، وذكرت بأنها "تمنع" نمو خلايا جديدة وظهور أورام ثانوية ويدور الحديث عن الفيتواستروجينات (إستروجين نباتي)، وأهمها وفقا للعلماء، مركبات الليغان

ووجد العلماء أن بذور الكتان تحتوي على أكبر نسبة من مركبات الليغان لذلك ينصحون بالالتزام بنظام غذائي غني بمواد من دقيق القمح الكامل وبذور الكتان والخضروات وتساعد هذه المواد الجسم في الحصول على كمية كافية من مركبات الليغان

وقالت جيني تشان-كلود، الخبيرة في المركز الألماني للبحوث السرطانية: "لدينا أول دليل على أن الليغان لا يخفض فقط خطر سرطان الثدي بعد انقطاع الطمث، بل وحتى خطر الموت".

وتحتوي بذور الكتان إضافة إلى مركب الليغان على عناصر مفيدة وفيتامينات: C، B9، B6، B3، B2، B1، A، وألياف وأحماض أوميغا-3 وأوميغا-6 وأوميغا-9؛