

Drink ses koppies rooibostee per dag

Verlaag dalk kans om kanker te kry

ANTOINETTE PIENAAR

RETORIA. – Drink ses koppies rooibostee per dag en jou kans om kanker te kry, word dik verlaag.

So blyk dit uit navorsing wat die afgelope re in Suid-Afrika gedoen is.

Die Rooibosraad het gister in 'n verklaring op die vooraand van Wêreldkankerdag gesê dié tee wat anti-oksidante het wat dalk die liggaam teen DNS-skade beskerm, kan verhoed dat kankerselle vermeerder en die risiko van natuurlike anti-oksidante in die tee verhoog.

Dit is veral die geval vir groen rooibos, die geëgte vorm van die tee.

Dr. Jeanine Marnewick van die Kaapse Oorland-Universiteit van Tegnologie, het ook jare lank rooibosnavorsing by die Suid-Afrikaanse Navorsingsraad (MNR) gedoen. Volgens haar het 'n paar plaaslike deurbrake gekom.

Reeds in 2005 gesê dié tee stuit moontlik op die ontwikkeling van velkanker by mense. Volgens Marnewick en haar kollegas het met die navorsing begin nadat proefbuisstudies getoon het rooibos inhibeer DNS-mutasies met 90%.

DNS-skade en selmutasies gaan kanker gewoonlik vooraf.

Die studie het rooibostee tien weke lank aan laboratoriumrotte gevoer en die uitwerking van op lewer-ensieme ondersoek. Dié

ensieme stel toksiese stowwe soos sigaret-rook in die lewer onskadelik voordat dit die liggaam invaar en DNS-mutasies veroorsaak. Die navorsers het bevind die tee verhoog die detoksifiserende ensieme in die lewer.

In die velkankerstudie is die muise se vel met 'n chemiese stof behandel om DNS-skade te veroorsaak. Daarna is rooibos- en heuningbostee aan sommige muise gesmeer en behandeling begin wat die kanker moes aanhelp.

Die muise wat met die tee behandel is, het minstens 70% minder kankergroeiels gekry.

Marnewick het later bevind ses koppies rooibos per dag verhoog die vlakke van glutathion in die mens se liggaam.

Dit is 'n anti-oksidant wat die liggaam self produseer en kan nie deur kos, pille of tonikums ingeneem word nie, aldus dr. Carl Albrecht van die Suid-Afrikaanse Kankervereniging (Kansa).

Hy het gesê hy is opgewonde oor Marnewick se bevindings.

“Die liggaam se eie stelsels is die belangrikste faktor in die voorkoming van kanker. Dit moet optimaal werk, eerder as wat 'n mens op aanvullings van apteekkrakke moet staatmaak.”

Marnewick se studiegroep was klein en nog navorsing sal bevestig wat die optimale rooibosdosering per dag moet wees, het hy gesê.

