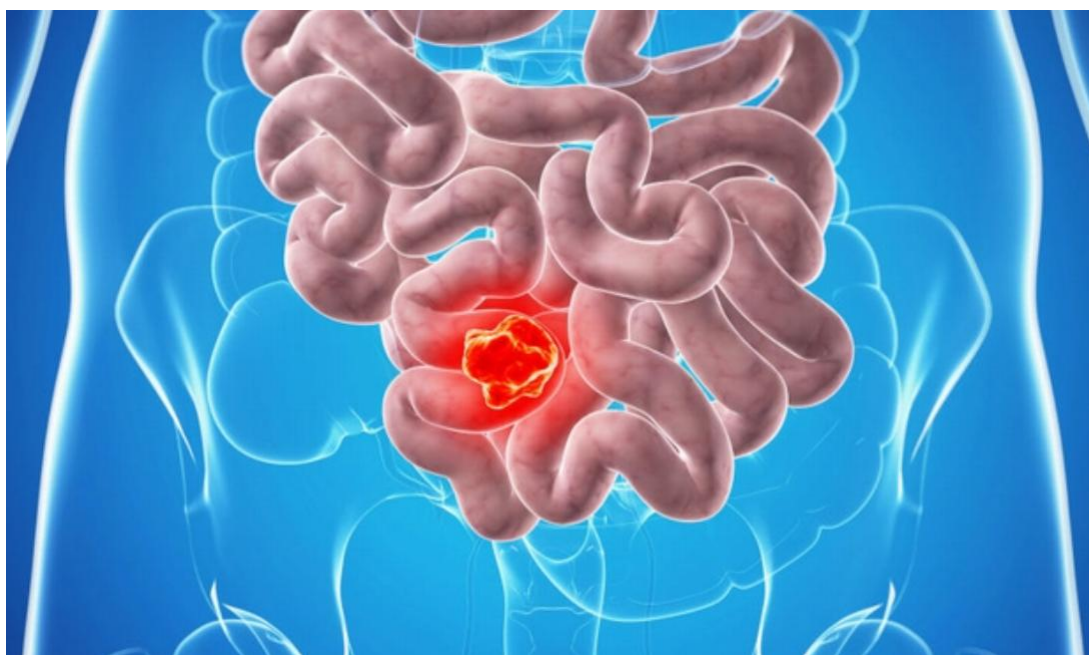


大腸がん患者におけるナッツ摂取について

ナッツ類摂取量が多い食生活は、大腸がん患者における再発率および死亡率の低下と関連するという報告が、*Journal of Clinical Oncology* 誌に掲載されました。



ナッツ類を摂取しなかった群と比較した週2回以上ナッツを摂取した群における無病生存率および全生存率のハザード比(HR)はそれぞれ0.58、0.43でありました。



大腸がんになったら、週2回以上ナッツを食べましょう。

