

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkozenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



**[Laboratoria](#)**  
**[.net](#)**  
**[Innowacje](#)**  
**[Nauka](#)**  
**[Technologie](#)**



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Przyjmowanie witaminy E nie zapobiega rakowi

Nie znaleziono dowodów na to, że stosowanie witaminy E zapobiega nowotworom. Co więcej, są badania sugerujące, że codzienne przyjmowanie dużej dawki witaminy E (400 IU) może wręcz zwiększać ryzyko raka prostaty.

Witamina E jest antyoksydantem. Substancje antyoksydacyjne wykazują ochronne działanie wobec komórek atakowanych przez wolne rodniki. Zmasowane działanie wolnych rodników na komórki może prowadzić do ich nowotworzenia. Wydawałoby się zatem, że przyjmowanie antyoksydantu takiego jak witamina E, chroni przed działaniem wolnych rodników, a zatem i rakiem.

Szereg badań naukowych przeprowadzonych na ludziach, w tym eksperymentów podwójnie zaślepionych i randomizowanych, a zatem o metodologii dającej silne dowody na działanie bądź nie danej substancji, nie wykazał jednak ochronnego działania przyjmowania dużych ilości witaminy E na proces rozwoju raka.

Mało tego, jedno z nich, obejmujące grupę 35 533 mężczyzn w wieku 50 lat i więcej, a w którym sprawdzano, czy witamina E (w połączeniu z selenem lub bez) chroni przed rakiem prostaty, zostało przerwane po siedmiu latach wobec braku efektów. Najgorsze było jednak to, że półtora roku później okazało się, że mężczyźni, którzy przyjmowali witaminę E, mieli o 17 proc. wyższe ryzyko raka prostaty niż ci, którzy nie suplementowali tej witaminy (otrzymywali placebo) lub przyjmowali ją w połączeniu z selenem.

Witamina E jest nam niezbędna do zdrowia, ale wystarczających ilości dostarczy jej nam prawidłowo zbilansowana dieta.

Źródło: [www.zdrowie.pap.pl](http://www.zdrowie.pap.pl)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/28482.html>



24-09-2024

## **Migrena to choroba - można ją leczyć**

Migrena to poważna choroba neurologiczna.



24-09-2024

## **Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tężec**

Szczepionki powinny być dostępne bezpłatnie w placówkach.



24-09-2024

## **I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach**

Będzie współpracowała na rzecz doskonalenia jakości kształcenia.



24-09-2024

## [Będzie kolejna edycja maratonu programistów](#)

Zgłoszenia do 7 października.



24-09-2024

## [Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżycy](#)

Od 29 września do 25 listopada.



24-09-2024

## [Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#)

Powiedział PAP prof. Bolesław Samoliński, alergolog.



24-09-2024

## [SpaceX planuje wystrzelenie 5 bezzałogowych misji na Marsa](#)

Ma się to odbyć w ciągu dwóch lat.



24-09-2024

## [Potrzebne są globalne ustalenia odnośnie mikroplastiku](#)

Okazją do działania może być przygotowywany przez ONZ traktat.

**Informacje dnia:** [Migrena to choroba – można ją leczyć](#) [Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#) [Będzie kolejna edycja](#)

[maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#)

## **Partnerzy**