

# 涓 杓漢兼姪邕 - 涓 洙鏃 工 逢 鑑 伴 栲 鏃 朵 簏 - 鏃 儿 櫛 錦 冬 汉 绀 愼 施 浜 ゆ 俣 每天一桔子可以防癌症

健康

浣滑

鎏賤戩浜庸細2008/10/13 18:32

澳大利亚学者的一项研究称每天吃一个柑桔类水果，可以使患口腔癌、喉癌和胃癌的几率降低50%。

研究显示，柑桔类水果可以通过自身所含的抗氧化剂来保护人们的身体，增强免疫力，抑制肿瘤生长，促进癌变细胞正常化。报道说，该研究是建立在48项以柑桔有益身体为主题的国际学术研究基础之上的，澳大利亚学者还宣称他们发现的显著证据可以证明，柑桔还能降低患心血管疾病、肥胖症和糖尿病的几率。

此外，该研究还显示，柑桔类水果是含抗氧化剂最高的水果。