



Sojavoeding ook bij borstkanker

25% minder kans op herval van borstkanker bij consumptie van dagelijkse portie soja

Het Amerikaanse instituut voor kankeronderzoek (American Institute for Cancer Research) stelt dat vrouwen met borstkanker zonder zorgen een dagelijkse portie sojavoeding kunnen gebruiken.

In het verleden bestond er controverse over de vraag of vrouwen in behandeling voor borstkanker wel sojaproducten mogen consumeren. Wetenschappers van het American Institute for Cancer Research (AICR) hebben de recente bevindingen in de literatuur geëvalueerd en samengebracht in het verslag "Soy is safe for breast cancer survivors".

Zij concluderen dat geen enkele studie bij de mens heeft aangetoond dat sojavoeding ongunstig zou zijn bij patiënten met borstkanker, wel integendeel. "Artsen en gezondheidswerkers kunnen hun patiënten met borstkanker informeren dat soja-producten volledig veilig zijn en op lange termijn zelfs een beschermend effect kunnen uitoefenen op de gezondheid", stelt Karen Collins (Voedingsdeskundige van AICR).

De conclusie van American Institute for Cancer Research stemt overeen met deze van de Britse onderzoekers Pamela Magee en Ian Rowland van november vorig jaar. Zij gaan in hun overzichtsartikel nog een stap verder: de consumptie van soja kan in verband worden gebracht met een lager sterftcij-

fer en een lagere herval bij borstkankerpatiënten. Zij evalueerden verschillende studies bij in totaal 9514 borstkankerpatiënten en stelden vast dat een dagelijkse portie soja (equivalent van 12 gram soja-eiwit of equivalent van 400 ml soja drink) gepaard gaat met 25% minder kans op een herval van borstkanker in vergelijking met vrouwen die geen soja gebruiken.

Dit gunstige effect werd vastgesteld zowel bij patiënten met als zonder behandeling met tamoxifen (geneesmiddel gebruikt in de behandeling van borstkanker - tamoxifen heeft een anti-oestrogene werking). Soja blijkt beschermend bij alle types borstkanker, maar het grootste beschermende effect werd gevonden bij vrouwen met ER+ of PR+-type borstkanker.

Kortom, borstkankerpatiënten kunnen zonder gevaar opteren voor een plantaardig of meer plantaardig voedingspatroon op basis van soja. De onderzoeksgegevens tonen aan dat een dagelijkse consumptie van 1 tot 2 sojaproducten 25% minder kans geeft op herval van borstkanker in vergelijking met vrouwen die geen soja gebruikten. ●

Referenties

1. Soy is safe for breast cancer survivors. AICR - 21 novembre 2012 | N° 109 (http://www.aicr.org/cancer-research-update/november_21_2012/cru-soy-safe.html)
2. Magee P, Rowland I.: Soy products in the management of breast cancer