

Vitamine D en kanker: Een groep wetenschappers deed literatuuronderzoek naar epidemiologische studies (vergelijkingen tussen groepen mensen) waarin een verband werd gezocht naar vitamine D en het vóórkomen van kanker. Men vond 63 onderzoeken op het gebied van darm-, borst-, prostaat- en eierstokkanker. Bij 20 van de 30 studies over darmkanker, 9 van de 13 over borstkanker, 13 van de 16 over prostaatcancer en 5 van de 7 onderzoeken over eierstokkanker werd een significant verband gevonden tussen hoge innames of lichaamsgehalten van vitamine D en het minder vóórkomen van deze ziektes. Volgens de onderzoekers blijkt uit laboratoriumonderzoek dat deze vitamine op verschillende wijze kankervorming kan belemmeren. Men beveelt aan het dagelijks dieet met 800ie-1000ie vitamine D aan te vullen. Deze dosering is veilig en veroorzaakt geen overdosisverschijnselen, aldus Dr. Garland en zijn collega's. (*Reuters Health, 2006*)