Mozgással a prosztatarák ellen

Egy norvÃ©g tanulmÃ¡ny szerint a rendszeres testmozgÃ¡s jelentõsen csÃ¶kkenti az elõrehaladott prosztatarÃ¡k kialakulÃ¡sÃ¡t. KimutattÃ¡k, hogy a fizikailag aktÃ-v fÃ©rfiak kÃ¶zÃ¶tt 36%-kal ritkÃ¡bban fordul elõ olyan prosztatatarÃ¡k, mely agresszÃ-ven terjed tovÃ¡bb Ã©s hamar halÃ¡lhoz vezet. Ugyanakkor a mozgÃ¡s nem csÃ¶kkenti a prosztatadaganatok elõfordulÃ¡sÃ¡t. Mindebbõl arra kÃ¶vetkeztetnek, hogy az aktÃ-v Ã©letvitel a tumor rosszindulatÃºsÃ¡gÃ¡t gÃ¡tolja Ã©s jelentõsen csÃ¶kkenti a kialakult betegsÃ©g miatt bekÃ¶vetkezõ halÃ¡lozÃ¡st. Ez azt is jelenti, hogy a sportos fÃ©rfiak nagyobb esÃ©llyel tÃºlÃ©lik a prosztatarÃ¡kot, mint azok, akik szeretnek lustÃ¡lkodni. (Reuters Health 2006. december 25.)