VOLKSBLAD
Wednesday, 4 February 2009, p. 17

Drink ses koppies rooibostee per dag

Verlaag dalk kans om kanker te kry

ANTOINETTE PIENAAR

RETORIA. – Drink ses koppies rooibostee
r dag en jou kans om kanker te kry, word
lk verlaag.
So blyk dit uit navorsing wat die afgelope
re in Suid-Afrika gedoen is.
Die Rooibosraad het gister in 'n verkla-
ng op die vooraand van Wêreldkankerdag
sê dié tee wat anti-oksidante het wat dalk
liggaam teen DNS-skade beskerm, kan
er dat kankerselle vermeerder en die
ikke van natuurlike anti-oksidante in die
ver verhoog.
Dit is veral die geval vir groen rooibos, die
gegiste vorm van die tee.
Dr. Jeanine Marnewick van die Kaapse
reiland-Universiteit van Tegnologie,
t ook jare lank rooibosnavorsing by die
diese Navorsingsraad (MNR) gedoen
, het 'n paar plaaslike deurbrake ge-
ak.
y het al in 2005 gesê dié tee stuit moontlik
ontwikkeling van velkanker by muise.
Marnewick en haar kollegas het met die
orsing begin nadat proefbuisstudies ge-
het rooibos inhibeer DNS-mutasies met
a 90%.
NS-skade en selmutasies gaan kanker
oonlik vooraf.
lle het rooibostee tien weke lank aan
ratoriumrotte gevoer en die uitwerking
van op lewer-ensieme ondersoek. Dié ensieme stel toksiese stowwe soos sigaretrook in die lewer onskadelik voordat dit die liggaam invaar en DNS-mutasies veroorsaak. Die navorsers het bevind die tee verhoog die detoksifiserende ensieme in die lewer.

In die velkankerstudies is die muise se vel met 'n chemiese stof behandel om DNS-skade te veroorsaak. Daarna is rooibos- en heuningbostee aan sommige muise gesmeer en behandeling begin wat die kanker moes aanhelp.

Die muise wat met die tee behandel is, het minstens 70% minder kankergroeisels gekry.

Marnewick het later bevind ses koppies rooibos per dag verhoog die vlakke van glutatioon in die mens se liggaam.

Dit is 'n anti-oksidant wat die liggaam self produseer en kan nie deur kos, pille of tonikums ingeneem word nie, aldus dr. Carl Albrecht van die Suid-Afrikaanse Kankervereniging (Kansa).

Hy het gesê hy is opgewonde oor Marnewick se bevindings.

"Die liggaam se eie stelsels is die belangrikste faktor in die voorkoming van kanker. Dit moet optimaal werk, eerder as wat 'n mens op aanvullings van apteekrakke moet staatmaak."

Marnewick se studiegroep was klein en nog navorsing sal bevestig wat die optimale rooibosdosis per dag moet wees, het hy gesê.