

نویسنده: پاول انتونی تایلور «Paul Anthony Taylor».
منبع و تاریخ نشر: گلوبال ریسرچ «2026-07-22».
برگردان: پوهندوی دوکتور سیدحسام «مل».

انقلاب جلوگیری از سرطان از راه رسیده است «یا که قبلاً وجود داشت» اما طب اصلی حاضر به پذیرش آن نیست.

The Cancer Prevention Revolution Is Already Here – Mainstream Medicine Just Won't Admit It



رای دهه‌ها، طب رایج، ویتامین C را عمدتاً به عنوان چیزی بیش از یک ریزمغذی که از اسکوربوت «ویتامین سی» جلوگیری می‌کند، نادیده گرفته است .

با این حال، در یک پیشرفت بسیار مهم، یک مطالعه جدید مهم به این نتیجه رسیده است که این مولکول ساده ممکن است توانایی توقف توسعه سرطان را نیز داشته باشد.

این مقاله که در مجله زیست‌شناسی نظری منتشر شده است، توضیح می‌دهد که چگونه ویتامین C می‌تواند تشکیل مواد شیمیایی بالقوه سرطان‌زادر طول هضم غذا مسدود کند .

البته برای طرفداران پزشکی سلولی، چنین یافته‌هایی کمتر تعجب‌آور است، بلکه تأیید قدرتمند دیگری است که دکتر ماتیاس راث در تمام این مدت درست گفته است.

مطالعه جدید پیشنهاد می‌کند که مصرف مکمل ویتامین C کمی پس از خوردن وعده‌های غذایی می‌تواند تولید مواد شیمیایی معروف به ترکیبات-N نیتروزو را کاهش دهد. این ترکیبات از نیترات‌ها و نیتريت‌ها تولید می‌شوند، مواد شیمیایی که به طور طبیعی در سبزیجاتی مانند اسفناج و چغندر وجود دارند، اما به عنوان مواد نگهدارنده در گوشت‌های فرآوری شده نیز به طور گسترده استفاده می‌شوند.

در داخل بدن، نیترات‌ها و نیتريت‌ها عملکردهای مفیدی مانند کمک به تنظیم جریان خون و حمایت از سلامت قلب و عروق را انجام می‌دهند. با این حال، تحت شرایط خاصی در محیط اسیدی معده، آنها می‌توانند به ترکیبات-N نیتروزو نیز تبدیل شوند، که بسیاری از آنها مشکوک یا شناخته شده هستند که خطر ابتلا به سرطان را افزایش می‌دهند.

دانشمندان مدت‌هاست که تلاش می‌کنند توضیح دهند که چرا سبزیجات غنی از نیترات به طور مداوم با سلامت بهتر مرتبط هستند در حالی که گوشت‌های فرآوری شده بارها با خطر بالاتر ابتلا به سرطان مرتبط بوده‌اند. آنها تعجب می‌کنند که اگر هر دو حاوی نیترات یا نیتريت هستند، چرا اثرات یکسانی ایجاد نمی‌کنند.

اثر محافظتی ویتامین C و سایر آنتی‌اکسیدان‌ها

نویسندگان این مطالعه جدید که در دانشگاه واترلو کانادا مستقر هستند، معتقدند که تحقیقاتشان بخش مهمی از این پازل را کشف کرده است. برای درک بهتر فعل و انفعالاتی که رخ می‌دهد، آنها یک مدل ریاضی پیچیده ساختند که بررسی می‌کند چه اتفاقی برای نیترات‌ها، نیتريت‌ها و ویتامین C هنگام عبور غذا از بدن می‌افتد. مدل آنها عواملی مانند نقش غدد بزاقی، معده، روده کوچک و پلاسمای خون را در نظر می‌گیرد.

یافته‌ها قابل توجه است. هنگامی که ویتامین C در طول پردازش گوارشی نیترات‌ها و نیتريت‌های غذایی وجود داشت، تشکیل محصولات مضر نیتروزواسیون را که در نهایت می‌توانند منجر به تولید ترکیبات N-نیتروزو مرتبط با سرطان شوند، به طور قابل توجهی کاهش داد. ویتامین C به عنوان یک آنتی‌اکسیدان قوی عمل می‌کند و ترکیبات نیتروژن بسیار واکنش‌پذیر را قبل از اینکه بتوانند مواد شیمیایی مرتبط با سرطان را تشکیل دهند، متوقف می‌کند. ویتامین C به جای اینکه اجازه دهد این واکنش‌های شیمیایی خطرناک ادامه یابند، آنها را به طور مؤثر به سمت محصولات نهایی بی‌ضرر منحرف می‌کند.

این مشاهده به طور مرتب توضیح می‌دهد که چرا سبزیجات غنی از نیترات مانند گوشت‌های فرآوری شده رفتار نمی‌کنند. سبزیجات برگ‌دار به طور طبیعی مقادیر زیادی

ویتامین C و سایر آنتی اکسیدان های محافظ را در کنار نیترات هایشان فراهم می کنند. به عبارت دیگر، طبیعت هم این ترکیب و هم محافظت ذاتی آن را در یک ماده غذایی واحد فراهم می کند. در مقابل، گوشت های فرآوری شده اغلب حاوی نیتريت هستند، اما ویتامین C مورد نیاز برای جلوگیری از واکنش های مضر سرطان را ندارند یا مقدار کمی از آن را دارند.

بنابراین، این مطالعه به یک نتیجه گیری ساده اما قدرتمند اشاره می کند. صرفاً قرار گرفتن در معرض نیترات یا نیتريت مهم نیست. به همان اندازه مهم است که آیا بدن ریزمغذی های محافظ کافی را دقیقاً در زمان مناسب در دسترس دارد تا واکنش های شیمیایی بالقوه خطرناک را قبل از اینکه بتوانند به سلول ها آسیب برسانند، خنثی کند یا خیر.

دکتر راث درست می گفت:

این یافته به طور قابل توجهی با شواهد علمی رو به رشدی که نشان می دهد ویتامین C نقش های متعددی در محافظت در برابر سرطان دارد، مطابقت دارد. ویتامین C علاوه بر کمک به کاهش تشکیل ترکیبات نیتروzo سرطان زا، به عنوان یکی از مهم ترین آنتی اکسیدان های بدن نیز عمل می کند، از DNA در برابر آسیب اکسیداتیو محافظت می کند، از عملکرد ایمنی سالم پشتیبانی می کند، تولید کلاژن را که به حفظ یکپارچگی بافت ها و رگ های خونی کمک می کند، تقویت می کند و به تنظیم طبیعی فرآیندهای سلولی متعدد دخیل در توسعه تومور کمک می کند. با این حال، برای حامیان قدیمی پزشکی سلولی، این حقایق جای تعجب نخواهد داشت. بیش از دو دهه پیش، دکتر مایاس راث و تیم تحقیقاتی او مسیر کاملاً جدیدی را در تحقیقات سرطان گشودند. در نوزدهمین کنفرانس سالانه سرطان سینه میامی در سال ۲۰۰۲، آنها تحقیقات پیشگامانه ای ارائه دادند که نشان می داد ترکیبی خاص از ریزمغذی ها شامل ویتامین C، اسیدهای آمینه لیزین و پرولین و عصاره چای سبز اپی گالوکاتچین گالات (EGCG) می تواند به طور چشمگیری مانع از گسترش سلول های سرطانی شود. تحقیقات آنها بر تقویت بافت همبند بدن و جلوگیری از عبور سلول های سرطانی از این سد طبیعی و در نتیجه حمله به یکی از مکانیسم های کلیدی که به تومورها اجازه می دهد به بافت های اطراف حمله کرده و در سراسر بدن گسترش یابند، متمرکز بود.

در زمانی که تحقیقات مرسوم سرطان عمدتاً بر جراحی، شیمی درمانی و پرتودرمانی متمرکز بود، اکتشافات دکتر راث رویکردی کاملاً متفاوت را بر اساس اصلاح کمبودهای ریزمغذی های اساسی و بازیابی عملکرد طبیعی سلول ها برجسته کرد. از آن زمان، گروه های تحقیقاتی مستقل متعددی در سراسر جهان مطالعات بیشتری را در مورد بررسی خواص ضد سرطانی ویتامین C و سایر ریزمغذی های طبیعی منتشر کرده اند. امروزه، مطالعه پس از مطالعه، همچنان به تقویت اصولی می پردازد که ابتدا از طریق کار پیشگامانه دکتر راث پایه گذاری شدند.

آینده‌ای هیجان‌انگیز در پیش است

در نهایت، سوال واقعی مطرح شده توسط این مطالعه کانادایی صرفاً این نیست که آیا ویتامین C شایسته توجه بیشتری است یا خیر. بلکه این است که چرا اینقدر طول کشیده تا پزشکی جریان اصلی آنچه را که تحقیقات تغذیه‌ای مستقل برای دهه‌ها نشان داده است، تصدیق کند. در حالی که میلیاردها دلار همچنان صرف توسعه داروهای گران‌تر سرطان می‌شود، توجه نسبتاً کمی به ریزمغذی‌های ارزان‌قیمتی که به بدن کمک می‌کنند تا به طور طبیعی از خود محافظت کند، می‌شود. یک دلیل مهم این است که ویتامین C یک ماده مغذی طبیعی است که نمی‌توان آن را ثبت اختراع کرد. در نتیجه، تنها کسری از سرمایه‌گذاری تجاری اختصاص داده شده به توسعه داروهای دارویی جدید را به خود جذب می‌کند.

بیش از بیست سال پس از آنکه دکتر راث و تیم تحقیقاتی‌اش برای اولین بار نشان دادند که ترکیبی هدفمند از ویتامین C و سایر ریزمغذی‌ها می‌تواند از گسترش سلول‌های سرطانی جلوگیری کند، شواهد علمی به طور فزاینده‌ای ثابت می‌کنند که او درست می‌گفته است. ریزمغذی‌ها صرفاً «مکمل» سلامتی نیستند - آنها برای آن اساسی هستند.

همانطور که علم جریان اصلی به آرامی به این موضوع نزدیک می‌شود، نادیده گرفتن یک واقعیت به طور فزاینده‌ای دشوار می‌شود: اولین خط دفاعی در برابر سرطان در یک کلینیک شیمی‌درمانی یافت نمی‌شود - این ماده از درون هر سلول بدن انسان شروع می‌شود.

* این مقاله در ابتدا در بنیاد سلامت دکتر راث منتشر شد. مدیر اجرایی بنیاد سلامت

سطری چند درمورد نویسنده این مقاله

دکتر راث و یکی از نویسندگان همکار کتاب انفجاری ما، "ریشه‌های نازی اتحادیه اروپا بروکسل"، همچنین کارشناس ما در کمیسیون Codex Alimentarius است و به عنوان یک نماینده ناظر رسمی در جلسات آن تجربه شاهد عینی داشته است. می‌توانید پل را در توییتر به آدرس @paulantthtaylor پیدا کنید او یکی از همکاران دائمی تحقیقات جهانی است. تصویر ویژه از envato.com است.

----- با احترام «2026-08-16»

.....