

Врач назвал продукты, повышающие риск рака кишечника

20.11.2023



Кандидат медицинских наук, врач-гастроэнтеролог Сергей Вялов назвал продукт, который считает самым вредным для здоровья кишечника. Об этом он сообщил в интервью на YouTube-канале «Коллектив».

По словам специалиста, большие риски для здоровья несут полуфабрикаты. Сергей Вялов привел данные из исследований, которые показали, что при употреблении таких продуктов более чем два раза в день повышается риск воспаления в кишечнике. Более того, в организме могут возникнуть полипы, которые врач назвал предраковым состоянием.

«Готовый продукт, который надо только разогреть, предполагает, что в него добавлены вещества, которые помогают сохранить пищу (чтобы она не теряла свои свойства, была вкуснее, больше, дешевле и так далее). За счет этих добавок полуфабрикаты становятся крайне опасными», – сказал Сергей Вялов.

Врач также отметил, что особенно стоит опасаться жареной готовой еды. Причиной тому является процесс ее производства – еда готовится на конвейере в одном и том же масле в течение долгого времени. Врач предостерег, что злоупотребление такой пищей создаст воспаление, провоцирующее инфекцию и

избыточный рост микробов в кишечнике.

Ранее [эндокринолог назвала топ-3 самых вредных вида круп.](#)

Светлана Малахова