

Lijst van gerandomiseerde studies betreffende orthomoleculaire middelen e.d. ter preventie van kanker.

- 1)Zhu S et al ; Chin Med J (Engl) 116:15-9;2003; Foliumzuur en B12 blijken bij patienten met atrofische gastritis significant de kans op maag-/darmkanker te verlagen. Natuurlijke beta-caroteen en synthetische beta-caroteen werden afzonderlijk beproefd. Afzonderlijk bleek er net niet van een significant preventief effect sprake ; combinatie van de 2 beta-caroteengroepen is echter vermoedelijk wel significant.
- 2)Heinonen OP et al ; JNCI 90:440-6;1998;Vitamine E (synthetisch , 50 mg) vermindert bij rokers de kans op en de sterfte door prostaatkanker (met ca 50%!!).
- 3)Clark LC et al ; JAMA 276:1957-63;1996; Selenium (200 mcg per dag naast de natuurlijke intake van 100 mcg) vermindert in dit gerandomiseerde dubbelblinde onderzoek niet de incidentie van basaalcarcinomen van de huid, maar wel de kans op long- ,darm- en prostaatkanker. Ook de overall kankersterfte was in de seleniumgroep lager.
- 4)Albanes D et al ; JNCI 88:1560--70;1996; Beta-caroteen (20 mg) en vitamine E (50 mg)blijken afzonderlijk dan wel gecombineerd bij reeds lang rokende mannen de kans op longkanker (bij juiste statistische interpretatie) niet te beïnvloeden.
- 5)Meyer F et al ; Int J Cancer ; 2005 Mar 30 (Epub ahead of print) ; Meyer et al gaven in dit gerandomiseerde dubbelblinde onderzoek fysiologische doses van C,E, beta-carotene, selenium en zink , 8 jaar lang. Bij mannen met een normale PSA was er een aantoonbare afname van de kans op prostaatkanker , terwijl dit effect ook optrad bij mannen met een reeds verhoogd PSA ook optrad, maar alleen bij de mannen met een normaal PSA bij aanvang was dit effect significant. Dit onderzoek is in lijn met de nummers 2 en 3. Kortom wanneer capituleert het KWF voor de feiten.
- 6)Zakrzewska JM ; Evid Based Dent 6:17-8;2005;Lycopen blijkt werkzaam tegen leukoplakie en histologisch gezien is 8 mg per dag nog werkzamer dan 4 mg.
- 7)Malila N et al ; Cancer Causes Control 13:617-23;2002. Vitamine E (synthetisch , 50 mg) vermindert bij reeds lang rokende mannen in 5 jaar de kans op maagkanker niet ; voor beta-caroteen (20 mg, synthetisch) lijkt dit ook te gelden al was de beta-caroteen-groep methodologisch gezien in het nadeel wat een juiste conclusie bemoeilijkt.
- 8)Khosraviani K et al ; Gut 51:195-9;2002;Foliumzuur vermindert delingsnelheid darmslijmvlies in gerandomiseerd dubbelblind onderzoek bij personen met een hoog risico op darmkanker ; dit onderzoek spoort met nummer 1.
- 9)Lonn E et al ; JAMA 293:1338-47;2005;Natuurlijke vitamine E 400 IU per dag vermindert bij 9541 patienten ouder dan 55 en veelal lijdend aan hart-/vaatziekten en/of diabetes in gerandomiseerd onderzoek niet de kans op of de sterfte aan kanker. Helaas is niet primair naar prostaatkanker gekeken. Doordat het aantal mannen in dit onderzoek niet perse rokers betreft en het aantal mannen veel kleiner is dan in nummer 2 maakt dat 9 en 2 niet goed te vergelijken zijn.
- 10)Baron JA et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 14:586--9;2005; Calciumsuppletie met 1200 mg per dag gaf na 6 jaar significant minder prostaatkanker te zien ; na ruim 10 jaar was het verschil niet meer significant, maar nog steeds waren er in de calciumgroep de minste prostaatkankers ; toch was het risico om een PSA van meer dan 4 te krijgen in de calciumgroep slechts 63%. Kortom dit is een goede calciumsuppletiedosis om verder onderzoek te doen naar de preventieve werking van calcium tav darmkanker. Van heel hoge calciumdoses extra wordt verwacht dat ze door antagoneren van vitamine D de kans op prostaatkanker juist vergroten.
- 11)Jarosz M et al ; Eur J Cancer Prev 7:449-54; 1998 ; met 5 gram vitamine C is in 30% van de gevallen de Helicobacter pylori in de maag uit te roeien.
- 12)Kockar C et al ; Acta Medica 44:97-100 ; 2001; met slechts 1 gram C of 120 mg beta-caroteen is Helicobacter niet uit te roeien ; met 4200 mcg allicine lukt dat in 90% van de gevallen ; dit laatste resultaat is zelfs beter dan het resultaat dat in dit onderzoek met een combinatie van antibiotica bereikbaar was. Overigens is er juist epidemiologisch een negatieve correlatie tussen de knoflookconsumptie en de kans op maagkanker.
- 13)Ding Z et al ; Zhonghua Zhong Liu Za Zhi 21:275-7;1999;In geval van dysplasie van de slokdarm blijken zowel riboflavine, als Zeng Sheng Ping (een kruidenmengsel), maar ook het synthetische retinamide (van vitamine A afgeleid) maligne transformatie tov placebo significant te remmen. Zeng Sheng

Ping werkte het beste ; riboflavine het minst goed. Ter memorering : riboflavine was een typisch Moermanstofje.

- 14) Sasazuki S et al ; Cancer Sci 94:378-82;2003: Bij mensen met Helicobacter pylori in de maag blijkt dagelijks 500 mg vitamine C verdere progressie van atrofisch maagslijmvlies richting kanker te remmen.
- 15) Zullo A et al ; Aliment Pharmacol Ther 14:1303-9;2000: Na uitroeiing van Helicobacter pylori vermindert dagelijks 500 mg vitamine C het ontstaan van nieuwe metaplasien en wordt de degeneratiegraad van bestaande metaplasien minder. Uitroeiing van Helicobacter lijkt op dit moment overigens de meest relevante optie om maagkanker te voorkomen : zie ook 11 en 12 derhalve.
- 16) Baron JA et al ; N Engl J Med 340:101-7;1999; 1200 mg elementair calcium in de vorm van 3 gram calciumcarbonaat verlaagt in dit gerandomiseerde dubbelblinde onderzoek bij 930 mensen met darmadenomen in de voorgeschiedenis de kans op nieuwe darmadenomen. Dit past bij een darmkankerpreventieve werking van calcium.
- 17) Zhang L et al ; Helicobacter 10:139-45; 2005 ; Cranberrysap onderdrukt in gerandomiseerd onderzoek de infectiegraad van de maag door Helicobacter pylori significant.
- 18) Stich HF et al ; Cancer Lett 40:93-101 ; 1988 ; met vitamine A wordt leukoplakie significant vaker tot regressie gebracht dan met placebo.
- 19) Wang LD et al ; Zhonghua Zhong Liu Za Zhi 12:332-5 ; 1990 : In dit gerandomiseerde dubbelblinde onderzoek bij 214 personen met premaligne afwijkingen van de slokdarm verbeterden deze significant vaker met 600 mg calcium per dag dan met placebo.
- 20) Singh M et al ; Oral Oncol 40:591-6 ; 2004 ; Ook in dit onderzoek blijkt lycopene in doses van 8 dan wel 4 mg per dag in vergelijking met placebo in staat leukoplakie tot regressie te brengen ; 8 mg deed het slechts niet significant beter dan 4 mg. Zie ook nummer 6, waarin een vergelijkbaar resultaat werd gevonden.
- 21) Sjoqvist U et al ; Anticancer Res 24(5B):3121-7; 2004 : Ursodeoxycholic acid werd gegeven aan 10 patiënten met premaligne darmafwijkingen en aan 9 anderen werd op gerandomiseerde basis een placebo gegeven : in de placebogroep was er bij 2 patiënten progressie zodanig dat een colectomie nodig was ; in de ursodeoxycholic acid-groep was dat bij niemand nodig ; het verschil was wat gezien de kleine aantallen natuurlijk al snel het geval is niet significant ; toch is het resultaat interessant.
- 22) Virtamo J et al ; Cancer Causes Control 11:933-9 ; 2000 : Vitamine E 50 mg noch beta-caroteen 20 mg bleek in gerandomiseerd onderzoek bij ruim 29000 rokers niet de kans op kanker van de urinewegen te verminderen ; een kanttekening is dat dit onderzoek voor beta-caroteen niet voldoende vergelijkend van aard was.
- 23) Gregoire RC et al ; Gut 30 :376-82;1989: Bij 30 personen met een hoog risico op darmkanker bleek 1200 mg calcium versus placebo al binnen een maand bijna significant minder celdeling van het darmslijmvlies te geven.
- 24) Huang YC et al ; Lipids 31:S313-7 ; 1996 : In geval van een hoge mitotische-index werd in dit gerandomiseerde onderzoek een verlaging met omega-3-vetzuren gevonden ; dit pleit wederom voor een darmkankerpreventief effect van omega-3-vetzuren.
- 25) Li WG ; Zhonghua Yu Fang Yi Xue Za Zhi 26 : 268-71;1992 : In een gebied met veel primaire leverkanker en hepatitis-B blijkt dat 200 mcg selenium op gistbasis bij 3849 proefpersonen op gerandomiseerde basis de kans op primaire leverkanker binnen 4 jaar reeds significant te verminderen.
- 26) Linsalata M et al ; Helicobacter 9 : 165-72 ; 2004: Lactobacillus brevis blijkt in een gerandomiseerd onderzoek remt groei Helicobacter blijkens ureumtest ; verder blijkt Lactobacillus brevis tot een verlaging van de polyaminespiegel en ODC-activiteit van de maag te leiden ; alles passend bij een mogelijk preventief effect van Lactobacillus brevis voor wat betreft maagkanker.
- 27) Li W et al ; Zhonghua Yu Fang Yi Xue Za Zhi 34 ; 336-8 ; 2000 : Bij ca. 2000 HBS-Ag positieve en verder gezonde mensen blijkt 500 mcg natriumseleniet , gerandomiseerd gegeven, de kans op primaire leverkanker significant te verlagen.
- 28) Kurie JM et al ; JNCI 95:206-14 ; 2003 : 9-cis-retinoïnezuur gaat verlies van retinoïne-receptor in bronchiaal epitheel in gerandomiseerd dubbelblind onderzoek tegen ; dit pleit mede op basis van andere literatuur voor een longkankerpreventieve werking van 9-cis-retinoïnezuur.
- 29) Bostick RM et al ; JNCI 87:1307-15; 1995 : dagelijks 2 gram calcium remt in gerandomiseerd onderzoek aantoonbaar de proliferatie van het darmslijmvlies bij mensen met een verhoogd risico op adenomen van de darm ; 1 gram was niet aantoonbaar werkzaam ; het betrof echter in totaal slechts 193 patiënten met een beperkte follow-up.
- 30) Blot WJ et al ; JNCI 85:1483-92; 1993 : In China in Lin Xian met veel maagkanker/slokdarmkanker

blijken binnen 1 a 2 jaar in gerandomiseerd onderzoek deze kankers met extra caroteen (15 mg) , vitamin E (30 IU) en selenium (50 mcg) af te nemen.

31) Yu SY et al ; Biol Trace Elem Res 56:117-24;1997 ; Dagelijks 200 mcg seleniet extra blijkt bij hepatitis-B-positieve individuen, die ook een lage seleniuminname hebben de kans op leverkanker aantoonbaar te verlagen.

32) Yu SY et al ; Biol Trace Elem Res 24 : 105-8; 1990 : Dagelijks 300 mcg seleniet per dag vermindert bij mijnwerkers uit de tinmijnen die van nature relatief laag in hun selenium zitten aantoonbaar de kans op longkanker.

33) Li WG ; Zhonghua Yu Fang Yi Xue Za Zhi 26:268-71; 1992 : Dagelijks 200 mcg seleniet vermindert in gerandomiseerd onderzoek bij Chinezen de kans op primaire leverkanker, juist ook bij mensen die niet seropositief waren.

34) Garewal HS et al ; Arch Otolaryngol Head Neck Surg 125:1305-10; 1999 : 60 mg beta-caroteen per dag gedurende 6 maanden bleek in een gerandomiseerd onderzoek bij 50 mensen met leukoplakie in de keel in vergelijking met placebo significant vaak een regressie van de leukoplakie te kunnen bewerkstelligen.

35) Perry CF et al ; Arch Otolaryngol Head Neck Surg 131:198-203; 2005 : 0,5 of 1,0 mg 13-cis-retinoïnezuur bleken tov placebo (in elke groep 50 patienten ; totaal dus 3 groepen) bleken bij patienten al eens eerder voor keelkanker behandeld de kans op nieuwe primaire keelkanker niet te verminderen ; gezegd moeten worden dat de incidentie van nieuwe primaire tumoren wel laag was, wat de statistische power gering maakt.

36) Lu W et al ; Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 18:721-3;1998 ; Weishu blijkt in gerandomiseerd onderzoek verdere maligne degeneratie van premaligne maaglesies bij patienten met atrofische gastritis van de maag aantoonbaar te remmen.

37) Baron JA et al ; N Engl J Med 340:101-7; Calcium : 1200 elementair per dag vermindert in vergelijking met placebo in een onderzoek bij 930 mensen met adenomen in de voorgeschiedenis de kans op nieuwe darmadenomen.

Wallace K et al ; JNCI 96:921-5 ; 2004; in feite een vervolg op Baron et al zojuist genoemd : ook een preventief effect, maar dan vooral wat betreft de meer gemene darmafwijkingen.

38) Grau MV et al ; JNCI ; 95:1765-71 ; 2003 ; Calciumsuppletie vermindert de kans op colorectale adenomen alleen bij een goede vitamine D-status ; dit was een gerandomiseerd dubbelblind onderzoek bij 803 personen.

39) Bonithon-Kopp C et al ; Lancet 356:1300-6 ; 2000 : In dit gerandomiseerde dubbelblinde onderzoek bij 665 proefpersonen met darmadenomen in de voorgeschiedenis verminderde calcium (dagelijks 2 gram elementair per dag als calcium gluconolactaat) het risico op nieuwe adenomen niet significant ; ispaghula husk-vezels daarentegen verhoogde het risico, juist ook wanneer er calcium werd gegeven.

40) Baron JA et al ; JNCI 95:717-22 ; 2003 ; Beta-caroteen 25 mg per dag, maar niet 1000 mg vitamine C plus 400 IU vitamine E verminderden in dit gerandomiseerde onderzoek bij patienten de kans op nieuwe adenomen van de darm ; indien er gerookt werd en ook dagelijks minstens 1 borrel werd gedronken deed beta-caroteen de kans op nieuwe darmadenomen echter juist aantoonbaar toenemen.

41) Schneider RH et al ; Am J Cardiol 95:1060-4;2005 ; Transcendente meditatie vermindert bij 202 personen met verhoogde bloeddruk (dus niet bij primair rokers) na 18 jaar follow-up bij gerandomiseerde opzet de totale sterfte significant ; ook de sterfte aan hart-en vaatziekten vermindert significant ; de kankersterfte halveert al is het verschil door de kleine aantallen niet significant ; transcendente meditatie is dus in z'n algemeenheid zondermeer aan te bevelen.

42) Ponz de Leon M en Roncucci L ; Scand J Gastroenterol Suppl 222:72-5; 1997 : Bij mensen die een darmpoliep hebben gehad blijken zowel A,C en E als NAC in staat de kans op nieuwe darmpoliepen te verlagen.

43) Yamamoto S et al ; Gan To Kagaku Ryoho 16 : Syo-saiko-to vermindert bij mensen met levercirrhose de kans op primaire leverkanker dan wel vertraagt op z'n minst de progressie ervan, zo blijkt uit gerandomiseerd onderzoek bij 260 mensen.

44) Boisnie S et al ; Ann Dermatol Venereol 121: 459-63 ; 1994 : 13-cis-retinoïnezuur dringt in een gerandomiseerd dubbelblind onderzoek leukoplakie bij 10 versus 10 mensen terug.

45) Kurie JM et al ; JNCI 95:206-14 ; 2003 : 9-cis-retinoïnezuur doet retinoïne-receptor in bronchusepitheel terugkomen en doet metaplasieën afnemen ; beide effecten passen bij preventie van longkanker ; 13-cis-retinoïnezuur plus hoge doses E (1200 IU per dag) hadden tezamen geen effect op de 2 genoemde parameters.

- 46)Estensen RD et al ; Cancer Lett 147:109-14 ; 1999 : NAC (N-acetylcysteine) verlaagt delingsindex in colonepitheel van personen, eerder behandeld voor goedaardige poliepen van de darm.
- 47)Lam S et al ; JNCI 94:1001-9 ; 2002: De organische zwavelverbinding anethol-dithioethion doet in gerandomiseerd onderzoek progressie van premaligne afwijkingen van de long afnemen ; ook ontstaan er bij gebruik van deze stof aantoonbaar minder nieuwe premaligne lesies.
- 48)Heimbürger DC et al ; JAMA 259:1525-30 ; 1988: B12 en foliumzuur reduceren atypie van longepitheel tov placebo.
- 49)Rintala E et al ; J Urol 154 : 2050-3 ; 1995 : BCG blijkt effectief tegen carcinoma in situ van de blaas (carcinoma in situ is geen kanker maar het voorstadium ervan ; behandelen ervan valt derhalve onder preventie)
- 50)Lin PZ et al; Zhonghua Zhong Liu Za Zhi 10:161-6;1988 ; In dit dubbelblinde gerandomiseerde onderzoek bleken in geval van bestaande premaligne slokdarmafwijkingen, zowel riboflavine , als het synthetische retinamide en ook Chinese kruiden afzonderlijk in staat het risico op slokdarmkanker te verlagen. Zie ook referentie 13.
- 51)Herr HW et al ; J Urol 135:265-7; 1986: BCG dringt carcinoma in situ van de blaas in veel gevallen terug ; zie ook 49.
- 52)Greenberg ER et al ; N Engl J Med 323 : 789-95;1990 : Dagelijks 50 mg beta-caroteen gaat bij mensen met een verhoogd risico het ontstaan van het plaveiselcelcarcinoom van de huid in vergelijking met een placebo over een termijn van 5 jaar niet tegen ; het betrof een onderzoek met 1805 mensen.
- 53) Lee JS et al ; J Clin Oncol 12:937-45; 1994: Isotretinoïne (= 13-cisretinoïnezuur) vermindert in long bij rokers significant aantal metaplasien in vergelijking met placebo.
- 54)Cook NR et al ; JAMA 294; 47-55 ;2005 : Dagelijks 100 mg aspirine en dat 10 jaar lang vermindert het risico op kanker blijkens gerandomiseerd onderzoek niet aantoonbaar. De longkankersterfte gaat door aspirine wel omlaag!
- 55)Hong WK et al ; N Engl J Med 315:1501-5; 1986 : 13-cis-retinoïnezuur blijkt in gerandomiseerd dubbelblind onderzoek werkzaam tegen leukoplakie. In 44 is dit ook gevonden met 13-cis-retinoïnezuur ; lycopen is ook tegen leukoplakie werkzaam (6 en 20) ; hetzelfde geldt voor beta-caroteen en vitamine A ; zie respectievelijk 34 en 8.
- 56)Edwards L en Jaffe P ; Arch Dermatol 126: 494-9; 1990 ; ATRA verkleint dysplastische naevi (risicofactor voor het maligne melanoom) en laat ze deel zelfs volledig verdwijnen ; het verschil met de placebogroep was significant.
- 57)Marotta F et al ; Ann N Y Acad Sci 1019:195-9; 2004 ; Zowel vitamine E , als een multi als een papaya-extract blijken precancereuze afwijkingen van het maagslijmvlies samenhangend met atrofische gastritis in gunstige zin bij te kunnen sturen : zo normaliseren zowel xanthine-oxydase en ornithinedecarboxylase. Alleen het papayaextract bleek ook in staat het 8-OhdG te verlagen.
- 58)Roncucci L et al ; Dis Colon Rectum 36:227-34; 1993; De combinatie van dagelijks vitamine A (30.000 IU), vitamine C 1 gram en vitamine E 70 mg verlaagt bij patiënten met darmadenomen in de voorgeschiedenis tov placebo de kans op een nieuw adenoom met circa 85% (in het onderzoek zaten totaal 255 proefpersonen).
- 59)Collins AR et al ; Carcinogenesis 24;511-5;2003 ; Kiwifruit vermindert in gerandomiseerd cross-over onderzoek gaat DNA-schade tegen en verhoogt tegelijkertijd het vermogen van het lichaam om schade aan het DNA te verhelpen.
- 60)Ishikawa H et al ; Int J Cancer ; 12 april 2005 ; Epub ahead of print ; Tarwevezels noch Lactobacillus casei verminderen bij patiënten, erfelijk belast voor darmkanker en waarbij al zeker 2 gezwellen verwijderd zijn niet de kans op nieuwe darmkanker ; wel leidde suppletie met Lactobacillus casei ertoe dat de atypie van de nieuwe gezwellen in vergelijking met de controle-groep aantoonbaar minder was.
- 61)Tanaka S et al ; Hiroshima J Med Sci 53:39-45;2004 : Hogere doses van een oud (gerijpt) knoflookextract remt bij patiënten met een verhoogd risico op adenomen van de darm in vergelijking met een lage dosis van dit extract het ontstaan van genoemde adenomen.
- 62)van Gorkum BA et al ; Eur J Clin Invest 32:693-9; 2002 : In een kleinschalig gerandomiseerd dubbelblind cross-over onderzoek bij patiënten die een hemicolectomie hadden ondergaan, bleek dagelijks 1 gram calcium extra de delingsactiviteit in het darmslijmvlies te verlagen en de onderlinge verhouding van de diverse galzuren in gunstige zin te beïnvloeden. De eindconclusie was dat extra calcium bij dit soort patiënten het risico op een nieuwe darmkanker lijkt te verlagen.
- 63)Baron JA et al ; N Engl J Med 348:891-9; 2003 : Aspirine in een dagdosis van 81 mg verlaagt bij patiënten met een darmadenoom in de voorgeschiedenis significant de kans op een nieuw adenoom.

- 64) Alberts DS et al ; JNCI 88:81-92; 1996: Zowel 13,5 gram tarwevezels tov 2 gram tarwevezels per dag als 1500 mg calcium extra per dag ipv 250 mg verminderden significant de totale hoeveelheid galzuren als de secundaire galzuren in de ontlasting ; dit effect pleit ervoor dat tarwevezels, maar calcium de kans op darmkanker verlagen.
- 65) Levine N et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 6: 957-61; 1997 ; Bij patienten met een voorgeschiedenis van basaal- en/of plaveiselcercarcinomen van de huid bleken in gerandomiseerd onderzoek noch vitamine A, noch isotretinoïne (13-cis-retinoïnezuur) in staat de incidentie van nieuwe van dergelijke carcinomen te verlagen. Onder veel andere condities zoals ingeval van o.a. leukoplakie is isotretinoïne zoals uit deze lijst blijkt wel werkzaam.
- 66) Sandler RS et al ; N Engl J Med 348 : 883-90; 2003: Bij patienten met darmkanker in de voorgeschiedenis verlaagt dagelijks 81 mg aspirine significant de kans op nieuwe adenomen van de darm ; dit in vergelijking met placebo. Zie ook 63.
- 67) Bayerl C et al ; Acta Derm Venereol 83: 277-81; 2003: Beta-caroteen vermindert in gerandomiseerd placebo-gecontroleerd onderzoek de kans op nieuwe dysplastische naevi (risicofactor voor het melanoom) voor onderarm en voet wel significant echter niet elders en ook niet overall significant minder dysplastische naevi door beta-caroteen.
- 68) Berspalov VG et al ; Vopr Onkol 50:81-5; 2004 : De combinatie van dagelijks : 2,5 mg beta-carotene, 5 mg vitamine E, 30 mg vitamine C en 150 mg knoflookpoeder heeft bij patienten met chronische atrofische gastritis o.a. de volgende effecten in vergelijking met placebo : remming van Helicobacter pylori en vermoedelijk in samenhang daarmee remming van maligne degeneratie maag slijmvlies. Zie ook 1,2,11,12,14,15 en 57 ; van de hier geteste stoffen blijken vitamine C en knoflook het belangrijkste ; E speelt ook een rol ; beta-caroteen speelt in deze vermoedelijk geen rol.
- 69) Nagothu KK et al ; Cancer Detect Prev 27:297-304;2003 ; Foliuimzuur remt bij patienten met colorectale adenomen in voorgeschiedenis tov placebo proliferatie van darmslijmvlies ; het effect lijkt deels tot stand te komen door stabilisatie van een suppressorgen. Zie ook 8.
- 70) Liu XR et al ; Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 12 ; 602-3,580 ; 1992 ; Een Xiao Wei Yan poeder vermindert bij patienten met atrofische gastritis metaplasie en de atypische hyperplasie significant in vergelijking met een controle-groep.
- 71) Benamouzig R et al ; Gastroenterology 125:328-36;2003 ; Aspirine verbonden aan lysine vermindert in gerandomiseerd dubbelblind onderzoek in doses van 160 of 300 mg per dag aantoonbaar het risico op nieuwe darmadenomen bij patienten met dergelijke adenomen in de voorgeschiedenis ; zie ook 63 en 66.
- 72) Bostick RM et al ; JNCI 87:1307-15; 1995 ; Extra calcium remt delingsnelheid in darmslijmvlies bij personen met darmadenomen in de voorgeschiedenis, daar waar de delingsnelheid hoog is ; dit alles in vergelijking met placebo ; het totaal pleit ervoor dat calcium de kans op darmkanker bij personen met adenomen in de voorgeschiedenis verlaagt.
- 73) Alberts DS et al ; JNCI 97: 846-53; 2005 ; Ursodeoxycholzuur (UDCA) vermindert bij patienten met darmadenomen in de voorgeschiedenis niet significant de kans op nieuwe adenomen ; het aantal zeer afwijkende adenomen (gevaarlijker) nam wel met UDCA significant af. Zie ook referentie 21.
- 74) Pufulete M et al ; Gut 54:648-53;2005 : Foliuimzuur vermindert in gerandomiseerd dubbelblind onderzoek bij patienten met darmadenomen hypomethylatie van het DNA, dat als een risicofactor voor darmkanker geldt. (In)direct bevestigt dit onderzoek nummer 8 en nummer 69 van deze lijst.
- 75) Rozen P et al ; Cancer 91: 833-40 ; 2001 : Calcium (3,75 gram calciumcarbonaat = 1,5 gram calcium) vermindert bij patienten met een darmadenoom in de voorgeschiedenis significant de kans op nieuwe adenomen ; weinig vet, meer koolhydraten en vezels hadden hierbij een significante interactie met calcium.
- 76) Bostick RM et al ; JNCI 85:132-41; 1993 : 1200 mg calcium bleek bij ruim 20 patienten met adenomen in de voorgeschiedenis binnen acht weken niet tot een daling van de delingsnelheid van het darmslijmvlies te leiden ; in 72(29) was er bij ca 250 patienten na 6 maanden wel sprake van een gunstig effect ; nummer 76 behelst weinig patienten en een korte follow-up. Voor wat de invloed van calcium op het ontstaan van nieuwe adenomen betreft is de conclusie voorlopig : calcium vermindert bij patienten met incidentele adenomen het risico op nieuwe adenomen. Zie derhalve ook de referenties 16,23,37,38, 62,64 ,75 (gunstig) en 39 (geen duidelijk effect van calcium).
- 77) Cats A et al ; JNCI 87:598-603;1995 : In families met een verhoogd risico op darmkanker (geen polyposis coli) vermindert calcium (1 gram per dag) binnen 3 maanden niet aantoonbaar de delingsactiviteit van het darmslijmvlies (minder dan 30 personen per groep) ; wel nam door de calcium in de darm de cytolytische activiteit af, hetgeen past bij een kankerpreventief effect.

78)Shpitz B et al ; Gut 52:1598-601; 2003 ; Bij patiënten met darmkanker doet aspirine de delingsnelheid in het gewone darmslijmvlies op cruciale plaatsen afnemen : dit wijst er wederom op dat aspirine de kans op darmkanker verlaagt ; zie ook de nummers 63,66 en 71.

79)Limburg PJ et al ; Gastroenterology 129:863-73 ; 2005 : Selenium (200 mcg per dag als L-selenomethionine) blijkt milde dysplasie van de slokdarm, bij patiënten met een verhoogd risico op slokdarmkanker te kunnen verbeteren ; bij ernstiger dysplasie was er geen aantoonbaar effect van selenium. Zie ook nummer 30.

80)Myllyluoma E et al ; Aliment Pharmacol Ther 21:1263-72 ; Probioticum vermindert in dit gerandomiseerde dubbelblinde onderzoek aantoonbaar de bijwerkingen van antibiotische therapie om Helicobacter uit te roeien ; de uitroeiing van Helicobacter was evenwel met probioticum erbij slechts niet significant beter.

81)Lee IM et al ; JAMA 294:65-65 ; 2005 : Ca 40000 vrouwen namen 12 jaar lang of placebo of 600 IU vitamine E : geen effect op de kans op kanker, hart-en vaatziekten en sterfte. Vitamine E alleen (!!) bij relatief gezonde vrouwen (!!) is klaarblijkelijk niet zinvol !!

82)Mooney LA et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 14: 237-42 ; 2005 : De combinatie van dagelijks 500 mg vitamine C en 400 IU vitamine E reduceert in vergelijking met placebo wel bij rokende vrouwen, maar niet aantoonbaar bij rokende mannen het risico op DNA-beschadiging door benzo-a-pyreen.

83)Pardi DS et al ; Gastroenterology 124:889-93; 2003 : Ursodeoxycholzuur vermindert in dit dubbelblinde onderzoek bij patiënten met primaire cholangitis en ulceratieve colitis significant het ontstaan van goedaardige/kwaadaardige darmpoliepen. Zie ook 21,73 en 84.

84)Ochsenkuhn T et al ; Digestion 68:209-16 ; 2003 : Ursodeoxycholzuur vermindert niet de delingsindex van de mucosa bij patiënten met darmpoliepen in de voorgeschiedenis, maar wel het lithocholzuur in het serum ; dit laatste past bij een darmkankerpreventieve werking van ursocholzuur ; zie ook 83. De rode draad is dat ursocholzuur gunstig is voor de preventie van darmkanker.

85)Kamiji MM en Oliveira RB ; Arq Gastroenterol 42:167-72;2005 : Een maand lang 5 gram vitamine C per dag was in dit onderzoek niet in staat Helicobacter bij dragers uit te roeien ; zie ook 11,12,13, 14 : 1 gram vitamine C is sowieso zinvol om atrofie van het maagslijmvlies, samenhangend met Helicobacter tegen te gaan ; mbt uitroeiing van Helicobacter met dagelijks lijkt discutabel, al was er in nummer 11 sprake van een bijna 2 keer zo grote onderzoeksgroep.

86)Kim YI et al ; Am J Gastroenterol 96:184-95; 2001 : Foliumzuur gaat in vergelijking met placebo in gerandomiseerd onderzoek bij patiënten met darmadenomen chromosoombreuk op cruciale plaatsen tegen (breuk hier is geassocieerd met meer kans op darmkanker) en verhoogt methylatie niveau DNA ; een en ander past bij preventieve rol foliumzuur ; zie ook 8,69 en 74 : de resultaten van al deze studies wijzen in dezelfde richting.

87)Biasco G et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 6:469-71 ; 1997 ; Foliumzuur blijkt in vergelijking met placebo bij patiënten met colitis ulcerosa de delingsnelheid van het darmslijmvlies te remmen ; de zoveelste studie die voor wat darmkanker betreft voor een preventieve werking pleit.

88)Paganelli GM et al ; JNCI ; 84:47-51; 1992 : de combinatie van A,C en E remt in vergelijking met placebo de delingsnelheid van het darmslijmvlies bij patiënten met 1 adenoom of meer van de darm in de voorgeschiedenis. Zie ook 1,40,42 en 58. De combinatie van A,C en E , naast extra calcium plus vitamine D en foliumzuur lijkt verstandig voor patiënten met een darmadenoom in de voorgeschiedenis.

89)McKeown-Eyssen GE et al ; J Clin Epidemiol 47:525-36; 1994 : Een vetarm plus vezelverrijkt dieet blijkt in gerandomiseerd onderzoek bij patiënten met darmpoliepen in de voorgeschiedenis ,overall galzuren in de darm te verlagen, wat met minder darmpoliepen gecorreleerd bleek.

90)Reid ME et al ; Int J Cancer 2005 ; 10 Oct ; Epub ahead of print ; Selenium vermindert in gerandomiseerd dubbelblind onderzoek in geval van roken dan wel een lage seleniuminname de kans op colorectale adenomen.

91)Varis A et al ; Scand J Gastroenterol 33:294-300; 1998 : 50 mg E plus 20 mg beta-caroteen blijkt over een termijn van 5 jaar bij rokers met atrofische gastritis niet in staat in vergelijking met placebo de ontwikkeling van maagkanker te voorkomen. Zie 1,14,36,57,68 en 70 : beta-caroteen is bij atrofische gastritis niet zinvol ; E lijkt alleen zinvol als er niet gerookt wordt ; B12, foliumzuur, vitamine C , weishu , papaya, een multi en xiao wei yan lijken wel zinvol om de kans op maagkanker in geval van atrofische gastritis te verlagen.

92)Cook NR et al ; JAMA 294:47-55; 2005 : Aspirine verlaagt in gerandomiseerd dubbelblind onderzoek niet de sterfte aan darm- of borstkanker ; echter wel die aan longkanker.

93)Wu YN et al ; Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 25:836-9; 2005 : Kangwei blijkt in gerandomiseerd

dubbelblind onderzoek bij patiënten met atrofische gastritis niet werkzaam tegen *Helicobacter* maar wel de precancereuze lesies te doen afnemen ; zie ook 91.

94)Hakim IA et al ; J Nutr 133 : 3303S-3309S ; 2003 : Met gedecaffeïneerde groene thee daalt bij rokers de uitscheiding van het mutagene 8-hydroxydeoxyguanosine wel, maar met gedecaffeïneerde zwarte thee of in de controle-groep niet.

95)Chiu AE et al ; Dermatol Surg 31 (7Pt2):855-60 ; 2005 : Groene thee oraal en als extract lokaal op de huid vertraagt 'photoaging' van de huid tov placebo significant ; dit wijst op een huidkankerpreventieve werking van groene thee.

96)Luo H et al ; Carcinogenesis 27 :262-8; 2005 : Groene theepolyfenolen blijken bij HBS-Ag-positieve plus aflatoxine-adduct positieve personen tov placebo de uitscheiding van 8-hydroxydeoxyguanosine te remmen. Dit suggereert chemopreventie van kanker door groene thee.

97)Lee HY et al ; J Clin Oncol 23:4439-49 ; 2005 : 9-cis-retinoïnezuur verlaagt bij vroegere rokers de risicofactor voor longkanker, insuline-like-growth-factor. Zie ook 28=45.

98)Han JY et al ; Clin Cancer Res 11:2305-11; 2005 : 9-cis-retinoïnezuur verhoogt in vergelijking met placebo bij vroegere rokers de vitamine E-spiegel ; dit is in principe gunstig voor bijv. prostaatkankerpreventie ; zie 2.

99)Rautalahti MT et al ; Cancer 86:37-42; 1999 : Vitamine E (50 IU/dag) blijkt in gerandomiseerd onderzoek bij rokers geen preventie van alvleesklierkanker te geven ; men vond dit ook voor beta-caroteen, maar hier waren de resultaten statistisch feitelijk niet evalueerbaar.

100)Cao DZ et al ; World J Gastroenterol 11: 1571-6 ; 2005 : In gerandomiseerd dubbelblind onderzoek bevordert dagelijks 30 mg foliumzuur apoptosis in premaligne laesies van de maag.

101)Ayoub J et al ; J clin Oncol 17: 3546-52 ; 1999 : 13-cis-retinoïnezuur herstelt bij risicopatiënten activiteit retinoïnezuurreceptor ; dit is zeer waarschijnlijk relevant voor de longkankerpreventie.

102)Lee BM et al ; Cancer Lett 132:219-27; 1998 : Vitamine E,C, beta-caroteen en rode ginseng tezamen verminderen in gerandomiseerd onderzoek bij rokers de DNA-schade significant. Dit zou het kankerrisico kunnen verlagen.

103)Van Schooten FJ et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 11:167-75 ; 2002 ; NAC gaat bij rokers in vergelijking met placebo de vorming van lipofiele DNA-adducten ed op meerdere niveau's tegen. Dit wijst op een kankerrisico verminderend effect van NAC bij rokers.

104)Moller P et al ; Eur J Nutr 43:267-74; 2004 : 500 mg vitamine C plus 182 mg vitamine E verminderen in vergelijking met placebo bij rokers aantoonbaar de oxydatieve schade aan het DNA van mononucleaire bloedcellen. Dit pleit voor een preventief effect van vitamine C plus E.

105)Black HS et al ; New Engl J Med 330:1272-5; 1994 : Bij patiënten met een niet-melanoom als huidkanker in de voorgeschiedenis vermindert reeds een matige restrictie van vet de kans op actinische keratosen ; dit pleit mede gezien dierproeven voor een verlaging van de kans op huidkanker.

106)Sankaranarayanan R et al ; Oral Oncol 33:231-6; 1997 : Zowel beta-caroteen als vitamine A bleken in dit onderzoek tov placebo in staat leukoplakie te verminderen. Zie ook 18,34,44 en 55.

107)Bartels PH et al ; Anal Quant Cytol Histol 24:185-97; 2002 : Vitamine A blijkt in gerandomiseerd onderzoek in staat beginnende degeneratieve veranderingen van huidcellen richting kanker te kunnen verminderen.

108)Moon TE et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 6:949-56 ; 1997; Vitamine A blijkt in vergelijking met placebo bij risicopatiënten de kans op basaalcelcarcinoom niet, maar de kans op het veel gevaarlijkere plaveiselcelcarcinoom wel te kunnen verminderen. Zie ook 108.

109)Alberts DS et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 6:161-9; 1997 : Extra tarwevezels en/of extra calcium vermindert delingsindex van rectumslijmvlies niet ; adenoma tellen zou evenwel meer opportuun zijn geweest ; er is wel een gunstig effect mbt de galzuren ; zie 64.

110)Zaridse D et al ; Ann Epidemiol 3;225-34; 1993 : In dit gerandomiseerde dubbelblinde onderzoek bleek beta-caroteen, met vitamine A en E het ontstaan van leukoplakie tegen te gaan ; deze combinatie bleek chronische oesophagitis niet te verminderen, maar wel duidelijk progressie ervan.

111)Wang LD et al ; Gan To Kagaku Ryoho 29Suppl. 1: 159-72; 2002 : Noch 600 mg calcium versus placebo noch slechts 5 mg gedecaffeïneerde groene thee-extract versus placebo reduceert bij risicopatiënten precancereuze laesies van de slokdarm ; ook is er geen effect op het aantal slokdarmcarcinomen ; er waren 100 proefpersonen per groep ; zie ook 19 ; hier wel een effect van slechts 600 mg calcium bij naar verhouding iets meer proefpersonen. Gezien de gunstige effecten van calcium (samen met andere nutriënten) ter preventie van osteoporose en de preventieve werking tav darmkanker (zie bijv. commentaar bij 76).

- 112)Wynd CA ; J Nurs Scholarsh 37:245-50; 2005 ; Guided imagery helpt in dit gerandomiseerde onderzoek om met roken te stoppen.
- 113)Cui SN en Wang MM ; Zhonghua Shi Yan He Lin Chuang Bing Du Xue Za Zhi ; 19:395-99; 2005 : Alpha-1-thymosine bevordert in gerandomiseerd onderzoek de genezingskans van hepatitis B indien dit naast alpha1-interferon wordt gegeven.
- 114)Iino S et al ; J Viral Hepat 12:300-6;2005 : Thymosin-alpha-1 blijkt in gerandomiseerd onderzoek werkzaam tegen hepatitis B.
- 115)You J et al ; J Chin Med Assoc 68: 65-72: Thymosin-alpha-1 bleek in dit gerandomiseerde onderzoek ter behandeling van hepatitis-B deels beter te werken dan interferon-alpha en gaf ook minder bijwerkingen.
- 116)Andreone P et al ; Hepatology 24:747-7;1996 : Thymosine-alpha-1 blijkt even goed als interferon alfa om hepatitis B te bestrijden ; de bijwerkingen van het thymus-preparaat waren evenwel minder.
- 117)Zavaglia C et al ; Dig Dis 45:690-6; 2000 : Thymosin-alpha-1 heeft bij hepatitis-B-patienten in dit onderzoek op lange termijn mbt relevante immuunparameters (3) een slechts niet significant resultaat ; wel was er bewijs voor minder leverschade.
- 118)Mutchnik MG et al ; Hepatology 14:409-15 ; Thymosine fractie 5 of thymosine-alpha-1 bleken bij hepatitis-B-patienten in vergelijking met placebo aantoonbaar eradicatie van hepatitis-B te bevorderen.
- 119)Mutchnik MG et al ; J Viral Hepat 6:397-403; 1999 :In dit onderzoek bleek thymosine-alpha-1 ook gunstig om hepatitis-B te bestrijden, al was het resultaat net niet significant ; een meta-analyse van Chan HL et al (Aliment Pharmacol Ther 15:1899-905 ; 2001) laat duidelijk zien dat thymosine-alpha-1 tegen hepatitis werkzaam is en juist ook op de lange termijn!!!
- 120)Fattovich G et al ; J Hepatol 21:361-6 ; 1994 : Thymopentine heeft in gerandomiseerd onderzoek geen duidelijk aantoonbaar positief effect tav hepatitis B.
- 121)Ruffin MT et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 13:2148-52 ; 2004 : ATRA lokaal aangebracht op de cervix bevordert regressie van CIN2/3 niet aantoonbaar binnen 3 maanden ; er waren 175 vrouwen bij dit onderzoek betrokken.
- 122)Donati D en Castaldi L ; Nephron 50:133-6 ; 1988 : Thymopentine verbetert significant vaccinatiegraad tegen hepatitis B bij hemodialysepatienten, die op eerdere vaccinatie niet reageerden.
- 123)Dumann H et al ; Nephron 55:136-40 ; 1990 : In dit kleinschalige onderzoek werd geen aantoonbaar effect mbt hetzelfde als in referentie 122 gevonden ; optellen van de nummers 122 en 123 laat net een significant bevorderend effect van thymopentine in genoemde situatie zien.
- 124)Ahn WS et al ; Eur J Cancer Prev 12:383-90; 2003 : EGCG oraal ingenomen dan wel lokaal aangebracht blijkt aantoonbaar afwijkende uitstrijkjes samenhangend met papillomavirusinfectie te verbeteren.
- 125)Mohanty NK et al ; Urol Oncol. 23:383-5 : Lokale intraepitheliale neoplasie is in de prostaat een voorstadium van prostaatkanker : lycopen dwz dagelijks 4 mg blijkt in dit gerandomiseerde onderzoek de ontwikkeling van deze afwijking richting prostaatkanker aantoonbaar te vertragen/te voorkomen.
- 126)Greul AK et al ; Skin Pharmacol Appl Skin Physiol. 15:307-15; 2002 : De combinatie van caroteen, lycopen,C,E, selenium en proanthocyanidinen oraal ingenomen blijkt rood worden van de huid door UV-B in vergelijking met placebo te vertragen ; ook de vorming oiv UV van metalloproteinase-1 werd door het supplement geremd.
- 127)Langmead L et al ; Aliment Pharmacol Ther 19: 739-47; 2004 : Aloe vera is in staat in vergelijking met placebo in staat colitis ulcerosa (een risicofactor voor darmkanker) te verminderen. PMID 15043514.
- 128)Bouhnik Y et al ; Eur J Clin Nutr 58:462-6; 2004 : Lactulose blijkt een prebioticum te zijn : het verhoogt het aantal bifidobacterien (waarvoor de nodige aanwijzingen bestaan dat ze de kans op kanker verlagen) in de darm.
- 129)Uden S et al ; Aliment Pharmacol Ther 4: 357-71; 1990 : De combinatie van 600 mcg selenium , 9000 IU beta-caroteen ; 0,54 gr vitamine C , 270 IU vit E en 2 gram methionine dagelijks is aantoonbaar tegen chronische pancreatitis niet gebaseerd op galstenen, werkzaam. Chronische pancreatitis is op zijn beurt een risicofactor voor alvleesklierkanker. Antioxydanten als voornoemd lijken derhalve relevant.
- 130)Lavigne JA et al; Am J Clin Nutr 81:503-7 ; 2005 : In gerandomiseerd onderzoek blijkt 15 gram alcohol niet en 30 gram alcohol per dag bij aanpassing van de calorieinname om het gewicht constant te houden, bij postmenopauzale vrouwen wel de IGF-1-spiegels te verlagen, terwijl IGF-1 nu juist een risicofactor voor het krijgen van borstkanker is ; jammer is dat de oestrogenen niet gemeten zijn ; een punt scoren de onderzoekers hier wel, men corrigeert bij de alcoholinname voor de calorieinname ; in onderzoek naar alcohol en borstkanker is dat nooit gedaan ; dit onderzoek steunt derhalve de hypothese

dat het borstkankerbevorderende effect van alcohol bij althans kleinere hoeveelheden wel eens louter een kwestie van extra calorieën zou kunnen zijn en dat weinig alcohol op zichzelf helemaal niet slecht is.

131)Robinson WR et al ; Obstet Gynecol 99(5 Pt 1) : 777-84 ; 2002 : Isotretinoïne (13-cis-retinoïnezuur) helpt bij HIV-positieve vrouwen niet om progressie van afwijkende uitstrijkjes tegen te gaan, dan wel regressie te bevorderen.

132)Romano C et al ; World J Gastroenterol 11:7118-21; 2005 : Omega-3-vetzuren bevorderen in dubbelblind onderzoek significant regressie van de ziekte van Crohn door mesalazine. Mede gezien de antikankereigenschappen van visolie en het grotere risico op darmkanker bij patiënten met deze ziekte, is het aannemelijk dat omega-3-vetzuren op deze manier kunnen helpen om bij dergelijke patiënten de kans op darmkanker te verlagen.

133)Cravo ML et al ; Clin Nutr 17:45-9 ; 1998 : Foliumzuur verminderde ook in dit gerandomiseerde onderzoek hypomethylatie van het DNA bij patiënten met darmpoliepen in de voorgeschiedenis.

134)Ahuja KD et al ; Nutrition 2006 Jan 12 ; Epub ahead of print : In een gerandomiseerd cross-overonderzoek blijkt een dieet met minder koolhydraten en meer olijfolie de resorptie van lycopene te bevorderen ; gezien de consistent gunstige effecten die met lycopene respectievelijk olijfolie mbt kanker gevonden zijn is deze interactie uiterst relevant.

135)Kaikkonen J et al ; Free Radic Res. 29:85-92 ; 1998: Q10 en vitamine E verminderen in gerandomiseerd dubbelblind onderzoek oxydatieve gevoeligheid van VLDL plus LDL voor koper bij marathonlopers in rust ; na een forse sportinspanning was de antioxydatieve capaciteit bij de experimentele groep nog steeds groter, maar lipidperoxydatie werd dan niet meer tegengegaan. Uit de literatuur blijkt steeds meer dat sporten goed is, maar dat excessief sporten weer juist niet aan te bevelen is. De toegenomen antioxydatieve capaciteit van het bloed tijdens met name rust pleit ervoor dat de combinatie van Q10 en vitamine E helpt om het kankerrisico te verlagen.

136)Smolkova B et al ; Mutagenesis 19:469-76 ; 2004 :Micronucleivorming in lymfocyten wordt tov placebo tegen gegaan door dagelijks 100 IU vitamine E, 6 mg beta-caroteen , 100 mg vitamine C en 50 mcg selenium.

137)Moller P et al ; Eur J Nutr 43:267-74;2004 : Vitamine C dagelijks 2 keer 250 mg gaat in vergelijking met placebo bij rokers DNA-schade van mononucleairen tegen ; vitamine C met langzame afgifte plus dagelijks ook nog 91 mg vitamine E vertoonde een nog betere bescherming.

138)Zhao X et al ; Am J Clin Nutr 83: 163-9 ; 2006 : Een combinatie van beta-caroteen, luteïne en lycopene : elk 4 mg gaat tov placebo DNA-beschadiging tegen.

139)Fielding JM et al ; Asia Pac J Clin Nutr 14:131-6; 2005 : Opname lycopene wordt door olijfolie in gerandomiseerd onderzoek aantoonbaar bevorderd.

140)Briviba K et al ; Carcinogenesis 25 : 2373-8 ; 2004 : Een tomatenextract naast een carotenoid-armdieet vermindert tov dit dieet bij niet rokers de DNA-schade aantoonbaar ; bij rokers was dit niet significant ; wel werd daar de IL4-productie verlaagd.

141)Alvarez RD et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 12:114-9;2003 : 9-cis-retinoïnezuur heeft ingeval van cervicale intraepitheliale neoplasie een niet significant positief effect op de regressiekans.

142)Tulley RT et al ; J Nutr 135;1456-61 ; 2005 : Olestra vermindert in gerandomiseerd onderzoek de opname van carotenoiden waaronder lycopene, ook na correctie voor cholesterol en BMI ; suppletie met vitamine A en E bleek reductie van de laatste 2 te kunnen voorkomen ; klakkeloos gebruik van olestra is zeker gezien het belang van lycopene derhalve gevaarlijk.

143)Lewin MH et al ; Cancer Res 66:1859-65 ; 2006 : In gerandomiseerd cross-over onderzoek blijkt rood vlees consistent het ontstaan van O6-carboxymethyl guanine te bevorderen : dit past bij een darmkanker bevorderend effect van vlees.

144)Prentice RL et al ; JAMA 295: 629-42 ; 2006 : In een gerandomiseerd onderzoek blijkt dat minder verzadigd vet plus extra fruit de kans op borstkanker bij niet optimale compliance slechts niet-significant met 9% doet afnemen ; de significante trend in de non-interventie-groep van relatief meer verzadigd vet : meer borstkanker blijkt in de interventie groep afwezig. Significante bevindingen bij een preciezere meting zijn er dus wel of maw vermindering van de relatieve hoeveelheid verzadigd vet vermindert de kans op borstkanker.

145)Pietschmann A et al ; Z Gesamte Inn Med 47:518-22 ; 1992: Ginkgo biloba vermindert clastogene (kankerbevorderende) werking van UV op huid , minder goed dan selenium, maar beter dan bijvoorbeeld beta-caroteen.

146)Stahl W et al ; Am J Clin Nutr 71:795-8 ; 2000 : Beta-caroteen vermindert na enige tijd erytheem huid door UV ; gerandomiseerd blijkt vitamine E plus beta-caroteen beter dan beta-caroteen alleen.

147) Vinson JA et al ; *Phytomedicine* 12:760-5 ; 2005 : Aloe vera verbetert wel de beschikbaarheid van vitamine E, maar niet die van vitamine C , zo blijkt uit gerandomiseerd cross-over onderzoek.

148) Ericson MB et al ; *Br J Dermatol* 151:1204-12;2004 : Actinische keratosen (een risicofactor voor het basaalcarcinoom) zijn behandelbaar met aminolevulinezuur (ALA) plus fotodynamische therapie zo blijkt uit gerandomiseerd onderzoek.

149) Kelty CJ et al ; *Surg Endosc.* 18:452-8;2004 : Barret-slijmvlies in de slokdarm is een risicofactor voor slokdarmkanker blijkt behandelbaar met ALA plus PDT ; 30 mg ALA gaf een snellere respons bij minder bijwerkingen dan 60 mg ; uiteindelijk was er een complete respons bij alle patienten.

150) Rangunath K et al ; *Scand J Gastroenterol* 40: 750-8 ; 2005 : ALA plus PDT is effectiever ter behandeling van een Barrett-oesophagus dan argon-plasmacoagulatie, zo blijkt in dit gerandomiseerde onderzoek.

151) Alberts DS et al *N Engl J Med* 342:1156-62 ; 2000: Tarwevezels alleen verminderen in dit kleinschalige onderzoek bij patienten met adenomen in de voorgeschiedenis niet significant de kans op nieuwe adenomen van de darm ; zie ook 60,64,75 en 109 ; mijn boek geeft al op basis van gerandomiseerd onderzoek aan dat extra vezels alleen zin hebben in combinatie met vet-(calorie)beperking ; zie ook juist 75.

152) Kelty CJ et al ; *Aliment Pharmacol Ther* 20:1289-96 ; 2004 : ALA plus PDT blijkt op iets langere termijn ter behandeling van een Barrett-oesophagus net zo effectief als argon-plasmacoagulatie, zo wordt in dit gerandomiseerde onderzoek gevonden.

153) Xia Y et al ; *Am J Clin Nutr* 81:829-34; 2005: L-selenomethionine is beter dan natriumseleniet in staat om bij mensen met een seleniumtekort het glutathionperoxydase in activiteit te verhogen ; na maximering van het glutathionperoxydase is het selenoproteïne-P nog niet gemaximeerd ; de conclusie is dat L-selenomethionine een grotere bioavailability heeft, maar ook dat het selenoproteïne-P een betere maat is voor de seleniumstatus dan het glutathionperoxydase of liever gezegd ook dit onderzoek pleit ervoor de aanbeveling voor selenium naar boven bij te stellen. In dit onderzoek is echter nog niet eens naar gemethyleerde seleniumverbindingen gekeken.

154) Wactawski J et al ; *New Engl J Med* 354:684-96 ; 2006 : 1 gram calcium plus 400 IU vitamine D per dag blijken op een termijn van 7 jaar bij postmenopausale vrouwen het risico op darmkanker niet te verlagen. Een langere follow-up en mogelijk hogere doses vitamine D zijn relevant om tot preciezere conclusies te komen. Hier was darmkanker een parameter ; in alle andere studies van deze lijst niet ; dat mede maakt deze studie slecht vergelijkbaar met andere calciumstudies.

155) Sendagorta E et al ; *J Am Acad Dermatol* 27: S15-8 ; 1992 : Isotretinoïne blijkt in gerandomiseerd onderzoek in staat een door zonnestraling beschadigde huid te regenereren. Dit pleit voor een kankerpreventieve werking van isotretinoïne.

156) Olsen EA et al ; *J Am Acad Dermatol* 28:283-4; 1993 : Tretinoïne blijkt in gerandomiseerd onderzoek ook in staat een door zonnestraling gedegenereerde huid te regenereren. Dit pleit ervoor dat door tretinoïne de kans op huidkanker afneemt.

157) Maddin S et al ; *J Am Acad Dermatol* 42:56-63; 2000 : Isotretinoïne geeft in vergelijkbaar onderzoek als onder 155, een vergelijkbaar resultaat.

158) Humbert PG et al ; *Exp Dermatol* 12:237-44 ; 2003 : Vitamine C blijkt in gerandomiseerd dubbelblind onderzoek, lokaal gegeven ook in staat een door de zon gedegenereerde huid te regenereren.

159) Bissett DL et al ; *Dermatol Surg* 31:860-5 ; 2005 : Niacinamide blijkt in dit gerandomiseerde onderzoek een door de zon gedegenereerde huid ook te kunnen regenereren. Ook dit wijst weer op een kankerpreventief effect.

160) Eberlein-Konig B et al ; *J Am Acad Dermatol* 38:45-8; 1998 : Vitamine C plus E gaan het ontstaan van zonnebrand tegen ; dit past bij een huidkankerpreventieve werking van deze vitaminen.

161) Jacobs ET et al ; *JNCI* 94:1620-5;2002 : In dit gerandomiseerde onderzoek bleken tarwevezels niet in staat de kans op nieuwe adenomen van de darm te verlagen. Zie ook commentaar bij 151.

162) Mirelles-Rocha H et al ; *Acta Venereol* 82 : 21-4 ; 2002 : Onderzoek naar preventie van zonnebrand , net als in nummer 160 en met dezelfde conclusie.

163) Dreher F et al ; *Br J Dermatol* 139:332-9 ; 1998 : Zowel C plus E als melatonine gaan het ontstaan van zonnebrand tegen ; het effect van melatonine was dosis afhankelijk ; de beste bescherming in dit gerandomiseerde onderzoek gaf C,E plus melatonine.

164) Bruno RS et al ; *Free Radic Biol Med* 40:689-97 ; 2006 : Gerandomiseerd dubbelblind onderzoek laat zien dat vitamine C de afbraak van vitamine E bij rokers remt ; dit maakt een preventieve werking van vitamine E tav prostaatcancer in principe gemakkelijker.

- 165)Leyden JJ et al ; J Am Acad Dermatol 54:73-81 ; 2006 : Tretinoïne plus clindamycine zijn samen effectiever tegen acne vulgaris dan beide alleen ; de relevantie van tretinoïne wordt hier wederom bevestigd.
- 166)Chen ZX et al ; World J Gastroenterol 11:6638-43 ; 2005 : He Jie Tang blijkt in gerandomiseerd onderzoek in vergelijking met placebo bij patiënten met een chronische hepatitis-B-infectie in staat de viral load te verminderen ; ook dit middel verdient derhalve aandacht om de kans op primaire leverkanker te verminderen.
- 167)Johnson SK et al ; Br J Nutr 95:372-8 ; 2006 : Lupinevezels blijken in gerandomiseerd dubbelblind onderzoek de colon-pH te verlagen , de gluronidaseactiviteit eveneens te verminderen, de defecatiesnelheid te verhogen en ook het butyraatgehalte in de dikke darm te doen toenemen ; dit alles pleit ervoor dat deze vezels het darmkankerrisico verminderen.
- 168)Green A et al ; Lancet 354:723-9 ; 1999 : 30 mg beta-caroteen blijkt de kans op huidkanker (basaal- en plaveiselcelcarinomen) in dit gerandomiseerde onderzoek niet te verminderen ; het zwakke van dit onderzoek is dat er in de controle-groep ca 16 huidkankers optraden ; bescherming is dan moeilijk statistisch aantoonbaar ; zie ook nummer 52 met een vergelijkbaar resultaat ; nummer 146 maakt aannemelijk dat beta-caroteen met E wel voor de huid zinvol is ; verder is beta-caroteen wel zinvol ter behandeling van leukoplakie (kan ontaarden in plaveiselcelkanker van de keel) : zie 34,106 en 110.
- 169)Harinath K et al ; J Altern Complement Med 10:261-8; 2004 : Yoga/meditatie verhoogde in dit gerandomiseerde onderzoek de melatoninespiegels
- 170)Tooley GA et al ; Biol Psychol. 53:69-78 ; 2000 ; Meditatie verhoogde ook in dit gerandomiseerde onderzoek de melatonine spiegels ; zie ook 169.
- 171)Dover JS et al ; Arch Dermatol 141: 1247-52 ; 2005 : Ook in dit gerandomiseerde onderzoek werd met 5-ALA plus PDT een vermindering van de veroudering/degeneratie van de huid gevonden ; zie de vele andere onderzoeken in deze lijst die hiermee in lijn liggen.
- 172)Van Gorkum BA et al ; Nutr Cancer 43:31-8 ; 2002 : in dit kleinschalige gerandomiseerde onderzoek van 30 versus 28 bleek dagelijks 1 gram calcium extra de delingsactiviteit van het colonslijmvlies niet te beïnvloeden. Het beeld is gemeleerd zo lijkt het : kijken we naar de delingssnelheid van het darmslijmvlies dan zijn 23,29 positief en 76,77,109 en onderhavig onderzoek neutraal ; kijken we naar adenomen, hetgeen meer opportuun is dan zijn 16,37,38 en 75 positief en 39 neutraal : een metaanalyse is positief : met meer calcium minder adenomen ; nog meer opportuun is de kans op darmkanker : in deze laat nummer 154 geen verschil zien. Meer onderzoek met langere follow-up is nodig.
- 173)Anti M et al; Gastroenterology 107:1709-4; 1994 : Visolie verlaagt bij patiënten met een colorectaal adenoom in de voorgeschiedenis de relatief verhoogde proliferatie van het rectumslijmvlies tov placebo.
- 174)Bussey HJ et al ; Cancer 50:1434-9 ; 1982: 3 gram vitamine C per dag remt groei poliepen bij patiënten met polyposis coli.
- 175)DeCosse JJ et al ; JNCI 81:1290-7; 1989 : Hier werd bij patiënten met tarwevezels een remmend effect op de groei van darmpoliepen ingeval van polyposis coli gevonden ; extra C en E hadden in dit onderzoek slechts een niet significant gunstig effect ; vergelijk met 174 ; in 174 werd de groei van de poliepen echter preciezer gemeten, wat het positieve resultaat daar mogelijk verklaart.
- 176)Schatzkin A et al ; N Engl J Med 342:1149-55; 2000 ; Relatief weinig vet, meer vezels plus meer fruit/groenten vermindert niet de kans op poliepen bij patiënten die al eens eerder een poliep hebben gehad.
- 177)MacLennan R et al ; JNCI87:1733-5 ; 1995 : Noch vetrestrictie noch tarwevezels gaven in dit onderzoek een meer dan niet-significante reductie van de kans op darmpoliepen bij patiënten met darmpoliepen in de voorgeschiedenis ; de combinatie van de 2 gaf evenwel een duidelijke reductie van de kans op nieuwe poliepen. Beta-caroteen extra deed er niet toe. Kennelijk is vetrestrictie met juist tarwevezels een goede combinatie (naast uiteraard o.a. extra foliumzuur). Zie ook 60,64,109,151 en 161. Overigens zal het soort vet er ook toe doen : zie 173 !
- 178)Sykora J et al ; J Clin Gastroenterol 39:692-8 ; 2005 : Lactobacillus casei bevordert uitroeiing van Helicobacter door antibiotica bij kinderen.
- 179)Cremonini F et al ; Am J Gastroenterol 97:2744-9 ; 2002 : Probiotica verminderen tov placebo significant de bijwerkingen van intensieve antibiotische therapie om Helicobacter pylori uit te roeien.
- 180)Sheu BS et al ; Aliment Pharmacol Ther 16:1669-75; 2002 : Lactobacillus plus Bifidobacterium bevorderen uitroeiing door antibiotica van Helicobacter pylori ; tevens blijkt herstel van het aantal Bifidobacteria in de ontlasting op te treden.
- 181)Felley CP et al ; Eur J Gastroenterol Hepatol 13: 25-9 ; 2001 : Met Lactobacilli johnsonii aangezuurde

melk reduceert aantal Helicobacter bacterien, alsmede wordt de gastritis verminderd ; uitroeiing van Helicobacter door claritromycine indien gegeven wordt echter niet aantoonbaar bevorderd.

182)Greenberg ER et al ; N Engl J Med 331:141-7;1994:Noch dagelijks 400 IU vitamine E plus 1 gram vitamine C noch deze met dagelijks 25 mg beta-caroteen erbij zijn in staat de kans op darmadenomen bij patiënten met adenomen in de voorgeschiedenis te verlagen. In 42,50 en 88 is van C en E wel een gunstig effect tav deze adenomen gevonden.

183)Armuzzi A et al ; Digestion 63; 1-7; 2001 : Lactobacillus GG vermindert bijwerkingen van triple-antibiotica-therapie ter uitroeiing van Helicobacter pylori.

184)Armuzzi A et al ; Aliment Pharmacol Ther 15: 163-9 ; 2001 : Dit onderzoek had een opzet vergelijkbaar met 183 en hetzelfde resultaat.

185)Pantoflickova D et al ; Aliment Pharmacol Ther 18:805-13; 2003: Lactobacillus johnsonii verminderde ook in dit onderzoek de gastritis door Helicobacter ; het aantal Helicobacterien nam af en de mucosa werd dikker ; LJ lijkt dus de kwalijke aspecten aangaande Helicobacter te verminderen.

186)Tursi A et al ; Med Sci Monit 10(12): CR 662-6 ; 2004 : Bij een hernieuwde poging om Helicobacter met antibiotica uit te roeien vermindert een probioticum de bijwerkingen en verbetert het resultaat licht (er hoeven minder mensen met de antibiotica te stoppen)

187)Horie K et al ; J Dairy Sci 87; 4073-9; 2004 : De combinatie van Lactobacilli en eidooiers van kippen geïmmuniseerd tegen het urease van Helicobacter (en dus met urease-antistoffen) reduceert de aanwezigheid van Helicobacter in de maag significant tov placebo.

188)Cruchet S et al ; Nutrition 19:716-21 ; 2003: Yoghurt met levende Lactobacillus johnsonii reduceert aanwezigheid Helicobacter bij kinderen ; de niet levende variant van deze bacterie kon dat echter niet.

189)Canducci F et al ; Aliment Pharmacol Ther 14: 1625-9; 2000 : Lactobacillus acidophilus verbetert de uitroeiingskans van Helicobacter door antibiotische therapie significant.

190)Wang KY et al ; Am J Clin Nutr 80:737-41; 2004: Lactobacillus plus Bifidobacterien in de Yoghurt reduceert de aanwezigheid van Helicobacter bij asymptomatische dragers aanzienlijk.

191)Cats A et al ; Aliment Pharmacol Ther 17: 429-35; 2003 : Ook hier werd een remmend effect van Lactobacillen op Helicobacter gevonden, al was het effect nu vanwege slechts 9 versus 6 personen niet significant ; in combinatie met alle vergelijkbare studies is duidelijk dat probiotica belangrijk zijn ter bestrijding van Helicobacter, maar ook de bijwerkingen van antibiotische therapie helpen te verminderen.

192)McKeown-Eyssen G et al ; Cancer Res 48: 4701-5; 1988 : C en E verminderden in dit onderzoek de kans op een nieuw adenoom van de darm met 18% ; het verschil was evenwel niet significant ; zie ook 182 ; een voorlopige meta-analyse van deze plus de publicaties genoemd onder 182 leidt tot de conclusie dat C plus E de kans op nieuwe adenomen bij patiënten die eerder een adenoom hebben gehad (licht) verlaagt.

193)Okuda M et al ; J Infect Chemother 11 : 265-9 ; 2005 : Lactoferrine bleek in dit gerandomiseerde dubbelblinde onderzoek in staat de aanwezigheid van Helicobacter pylori aantoonbaar te verminderen.

194)Zullo A et al ; Dig Liver Dis 37: 496-500 ; 2005 : Ingeval al een intensieve antibiotische behandeling van een Helicobacterinfectie wordt gegeven blijkt lactoferrine het resultaat slechts niet-significant te verbeteren. Vergelijk met 193.

195)Kensler TW et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev. 14(11 Pt 1): 2605-13 ; 2005: Glucosinolaatrijke broccoli-spruiten verminderden in dit gerandomiseerde onderzoek inclusief multi variate analyse , de uitscheiding van aflatoxine-DNA-adducten en de nettovorming van toxische metabolieten uit phenantreen.

196)Verhagen H et al ; Carcinogenesis 16:969-70; 1995 : Consumptie van spruitjes in vergelijking met glucosinolaatvrije groenten verlaagt significant de productie/uitscheiding van de kankerverwekkende stof 8-oxodG.

197)Nijhoff WA et al ; Carcinogenesis 16 : 2125-8; 1995 : Spruitjes verhogen op diverse plaatsen in het lichaam de activiteit van o.a. glutathiontransferase ; dit past bij de kankerpreventieve effecten die men in epidemiologisch onderzoek heeft gevonden.

198)Nijhoff WA et al ; Carcinogenesis 16: 955-7 ; 1995 : een met 197 vergelijkbaar onderzoek met een vergelijkbaar resultaat ; wel lijkt het erop dat mannen meer profijt hebben van de inductie van detoxificatieenzymen dan vrouwen.

199)Gasper AV et al ; Am J Clin Nutr 82:1283-91; 2005 : Glucosinolaat blijkt door GSTM1-negatieve personen sneller afgebroken en uitgescheiden te worden dan bij GSTM1-positieve personen ; een en ander verklaart wellicht waarom GSTM1-positieve meer bescherming door broccoli tegen kanker genieten dan GSTM1-negatieve personen. PMID 16332662.

200)Rhodes LE et al ; Carcinogenesis 24:919-25; 2003 : EPA gaat in gerandomiseerd onderzoek

genotoxische verandering van de huid door UV richting kanker in vergelijking met placebo tegen. PMID 12771037.

201)Hadshiew I et al ; *Dermatology* 195:362-8; 1997 : alpha-glycosylrutine, vitamine E en ferulinezuur blijken gecombineerd de kans op verbranding door de zon te verminderen. PMID 9529558.

202)Green C et al ; *Clin Exp Dermatol* 23:162-7;1998 : Retinylpropionaatcreme reduceert aantal actinische keratosen ; PMID 9894360.

203)Lykkefeldt J et al ; *Am J Clin Nutr* 71:530-6 ; 2000 : Vitamine C is bij rokers verlaagd ; suppletie met C,E en foliumzuur normaliseert dat zo blijkt uit gerandomiseerd onderzoek. Zie ook 168 : C spaart namelijk E, hetgeen juist bij rokers gewenst is. PMID 10648268.

204)Conaway CC et al ; *Nutr Cancer* 38(2):168-78 ; 2000 : Rauwe broccoli geeft in dit gerandomiseerde onderzoek een 3 keer zo grote bioavailability van isothiocyanaten als gestoomde broccoli ; door de verhitting neemt de myrosinaseactiviteit af ; dit enzym hydroliseert glucosinolaten en maakt zo de isothiocyanaten vrij ; PMID 11525594.

205)Gotteland M et al ; *Acta Pediatr* 94:1747-51 ; 2005 : De combinatie van *Saccharomyces boulardii* plus inuline blijkt bij kinderen met *Helicobacter pylori* aantoonbaar beter in staat deze bacterie uit te roeien dan *Lactobacillus acidophilus* of de combinatie van 3 antibiotica. PMID16421034.

206)Holt PR et al ; *Cancer* 106:287-96 ; 2006 : 1500 mg calcium per dag plus dagelijks 400 IU vitamine D remt delingssnelheid colorectaal slijmvlies en ook van colorectale adenomen. Dit ging samen met een toename van de vitamine D receptoren in het rectumslijmvlies. PMID 16353199.

207)Campbell MJ et al ; *Eur J Clin Nutr* 58; 173-9; 2004 : Red clover isoflavonen hebben eenzijdig gemeten een licht verlagend effect op de insulín-like growth factor 1 bij premenopauzale vrouwen ; bovendien bleek deze factor bij de placebogroep tijdens de cyclus nog significanter te stijgen dan bij de placebo premenopauzalen ; verder hebben hoge basaalwaarden bij de gesuppleerden het effect van red clover-isoflavonen op de IGF-1 nog enigszins gecamoufleerd ; hoewel dit resultaat pleit voor een verlaging van het borstkankerrisico door red clover-isoflavonen, is meer onderzoek nodig ; bij de postmenopauzale vrouwen was er op genoemde parameter geen effect. PMID 14679383.

208)Lampe JW et al ; *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev* 9:787-93; 2000: Uit dit gerandomiseerde onderzoek blijkt dat je vooral bij GSTM1-individueen en minder bij GSTM-null individueen met koolsoorten de glutathion-S-transferase-alpha-productie bevorderen kan (zie ook 199) ; effecten van andere groente-/fruitsoorten waren niet algemeen dan wel statistisch discutabel ; PMID 10952095.

209)Malaveille C et al ; *Mutat Res* 561: 83-90 ;2004 : Door extra flavonoiden door dieetveranderingen, maar ook door suppletie wordt een hogere excretie van flavonoidmetabolieten in de urine bewerkstelligd ; dit gaat samen met een sterke antimutageniteit in vergelijking met normale voeding. PMID 15238233.

210)Kirsh VA et al ; *JNCI* 98: 245-54 ; 2006 : Bij rokers blijkt vitamine E suppletie met minder en minder ernstige prostaatkanker samen te gaan ; beta-caroteen-suppletie blijkt het risico op prostaatkanker alleen te verlagen bij een lage basale inname ; vitamine C bleek bij geen enkele subgroep bescherming te geven in dit gerandomiseerde onderzoek ; PMID 16478743 ; zie voor wat betreft vitamine E ook nummer 2.

211)Hughes R et al ; *Nutr Cancer* 42:70-7; 2002 ; Op gerandomiseerde basis blijkt soja bij eters van rood vlees de uitscheiding van N-nitrosoverbindingen via de ontlasting te verlagen ; broccoli en spruitjes deden dat niet, maar vergrootte wel het faecesvolume en de passage snelheid van de ontlasting bij voornoemde vleeseters ; men had ook nog naar andere stoffen kunnen kijken uiteraard ; duidelijk is dat ook dit onderzoek wijst op een kankerpreventieve werking van soja en koolsoorten. PMID 12235653.

212)Hughes R et al ; *Carcinogenesis* 22:199-202 ; 2001 : Meer rood vlees betekende minder ontlasting, een langere passagetijd voor de ontlasting en hogere nitrosamineniveau's in de ontlasting ; alles op gerandomiseerde basis onderzocht. PMID 11159760.

213)Silvester KR et al ; *Nutr Cancer* 29:13-23 ; 1997 : Ook in dit gerandomiseerde onderzoek vond men : meer rood vlees geeft meer nitrosaminen in de ontlasting ; toevoeging van niet fermenteerbaar zetmeel had op deze spiegels en ook op de pasagetijd van de darm geen invloed. PMID 9383779.

214)Cross AJ et al ; *Cancer Res* 63: 2358-60; 2003 : Ook hier : minder rood vlees : minder N-nitrosoverbindingen ; bij een lage vleesinname was de productie van deze verbindingen gelijk aan die bij consumptie van plantaardig eiwit ; toevoegen van haemijzer (zit in rood vlees!!!) vergrootte de productie van deze N-nitrosoverbindingen, terwijl anorganisch ijzer dat niet deed. PMID 12750250.

215)Wiegell SR en Wulf HC ; *J Am Acad Dermatol* 54:647-51; 2006 : PDT met methyl aminolevulinaat (MAL) is even effectief ter behandeling van actinische keratosen als PDT met 5-aminolevulinaat (ALA) ; met de ester zijn er evenwel minder bijwerkingen en zijn deze bovendien van kortere duur. PMID 16546587.

216) Tarstedt M et al ; *Acta Derm Venereol* 85:424-8 ; 2005 : In dit gerandomiseerde werd vastgesteld dat voor dunnere actinische keratosen PDT met MAL slechts een keer nodig was ; twee keer gaf geen beter resultaat ; wel was dat het geval vanaf een kritische dikte, die men zo met deze trial kon vaststellen. PMID 16159735.

217) Szeimies RM et al ; *J Am Acad Dermatol* 47: 258-62; 2002 : PDT met MAL is ter behandeling van actinische keratosen niet significant minder effectief dan cryotherapie ; PDT met MAL is echter cosmetisch gezien superieur. PMID 12140473.

218) Pariser DM et al ; *J Am Acad Dermatol* 48:227-32; 2003 : PDT met MAL is zeer significant effectiever tegen actinische keratosen dan PDT met placebo. PMID 12582393.

219) Freeman M et al ; *J Dermatolog Treat* 14:99-106; 2003 : In dit onderzoek was PDT met MAL niet alleen cosmetisch superieur aan cryotherapie ter behandeling van actinische keratosen, maar trad met PDT met MAL ook vaker een respons op ; beide methoden waren superieur aan PDT met placebo, wat door de PDT toch nog 30% respons gaf. PMID 12775317.

220) Dragieva G et al ; *Br J Dermatol* 151:196-200 ; 2004 : PDT met MAL was in dit gerandomiseerde dubbelblinde onderzoek bij getransplanteerde patienten effectief tegen actinisch keratosen. PMID 15270891 ; PDT met ALA werkt op actinische keratosen echter bij getransplanteerden minder goed dan bij niet getransplanteerden : zie Dragieva G et al ; *Transplantation* 77:115-21 ; 2004 ; PMID 14724445.

221) Piacquadio DJ et al ; *Arch Dermatol* 140:41-6; 2004: PDT met ALA is duidelijk beter ter bestrijding van actinische keratosen dan PDT met een nepmiddel. PMID 14732659.

222) Radakovic-Fijan S et al ; *J Am Acad Dermatol* 53 :823-7; 2005 : ALA plus PDT met 100 of 140 Joule per vierkante cm geeft geen grotere regressiekans van actinische keratosen dan ALA plus PDT met 70 Joule per vierkante cm ; klaarblijkelijk is de sensitizer belangrijker ; al lijkt bij dikkere keratosen meer dan 1 keer behandelen ook relevant ; zie 216. PMID 16243131.

223) Hage M et al ; *Gut* 53:785-90 ; 2004 : (5)ALA met PDT is ter behandeling van een Barrett-oesophagus zeker zo goed instaat om Barrett-slijmvlies te doen verdwijnen als argon plasmacoagulatie ; zie ook 150 en 152 ; PMID 15138203. Argonplasmacoagulatie is overigens in gerandomiseerd onderzoek beter gebleken dan niets doen : zie Ackroyd R et al ; *Gastrointest Endosc* 59;1-7; 2004 ; PMID 14722539.

224) Dietrich M et al ; *Nutr Cancer* 45:176-84; 2003 : Vitamine C alleen en in combinatie met E en liponzuur gaan bij niet-rokers blootgesteld aan rook lipideperoxydatie tegen ; het onderzoek was uiteraard gerandomiseerd en dubbelblind. PMID 12881011.

225) Salvini S et al ; *Br J Nutr* 95;742-51; 2006 : Extra virginale olijfolie met een hoog phenolgehalte reduceert oxydatieve aan DNA tov een dergelijke olie met een lager phenolgehalte. PMID 16571154.

226) Chuang CH et al ; *Helicobacter* 7:310-6; 2002 : Vitamine C (1 gram per dag) en E (200 IU per dag) verbeteren resultaat uitroeiing van *Helicobacter* door antibiotica niet. PMID 12390211. Hogere doses C roeien *Helicobacter* wel uit ; zie 11.

227) Mahabir S et al ; *Eur J Cancer Prev* 14:427-9 ; 2005 : 15 of 30 gram alcohol per dag vergroot bij vrouwen oxydatieve DNA-schade niet aantoonbaar. PMID 16030435.

228) Mahabir S et al ; *Nutr J* 3:11 ; 2004 ; Zowel 15 als 30 gram alcohol per dag doet bij postmenopauzale vrouwen de oestroneersulfaat en DHEAsulfaat-spiegel stijgen ; beide zijn bij postmenopauzale vrouwen een risicofactor voor het krijgen van borstkanker ; DNA-schade is mogelijk (zie 227) helemaal geen relevant item ; de vraag is of dit hormonale effect na correctie voor de energieinname nog gevonden wordt en dan en feitelijk ook nu wel klinisch relevant is. PMID 15353002. Zie ook 130 : pleit net als 227 niet voor een schadelijk effect van kleine hoeveelheden alcohol voor wat betreft borstkanker.

229) Khuri FR et al ; *JNCI* 98:441-50 ; 2006 : Lage doses 13-cis-retinoïnezuur verlagen bij niet-rokers/rokers behandeld voor keelkanker niet de kans op een nieuwe keelkanker ; PMID 16595780 ; zie ook nummer 35.

230) Wong CK et al ; *Int Immunopharmacol* 4:201-11 ; 2004 : Consumptie van polysacchariden van *Coriolus versicolor* (Yun Zhi) en Danshen (*Salvia miltiorrhiza*) blijken in vergelijking met een placebo een hele was lijst van immuunparameters gerelateerd aan een efficiënte bestrijding van kanker te verbeteren ; PSK : zie therapeutische lijst blijkt bij meerdere vormen van reeds bestaande kanker de sterfte te verminderen ; PMID 14996412.

231) McTiernan A et al ; *Cancer Res* 64:2923-8 ; 2004 : Bewegen vermindert bij postmenopauzale vrouwen de oestron, oestradiol, maar vooral de vrije oestradiolspiegels, zo blijkt uit dit gerandomiseerde onderzoek ; verder past het bij de zeer sterke aanwijzingen dat bewegen de kans op borstkanker verlaagt. PMID 15087413.

232) Yu SY et al ; *Biol Trace Elem Res* 29: 289-94 ; 1991 : Seleniet vermindert in Qidong in China bij zeker

3 verschillende groepen op gerandomiseerde basis de kans op primaire leverkanker. PMID 1726411.

233)Anti M et al ; Gastroenterology 103:883-91; 1992 : Omega-3-vetzuren verminderen delingsactiviteit mucosa rectum bij patienten die al eens een colorectale poliep gehad hebben ; zie ook 173. PMID 1386825.

234)Wulf HC et al ; Acta Derm Venereol 86:25-8 ; 2006 : PDT met methyl-ALA gaat bij patienten met een getransplanteerde nier aantoonbaar het ontstaan van actinische keratosen tegen. PMID 16585985.

235)Sheu BS et al ; Am J Clin Nutr 83:864-9; 2006 : Voorbehandeling met Lactobacilli en Bifidobacteria reduceert de Helicobacterpopulatie bij dragers dusdanig dat met viervoudige antibiotische therapie niet bij 76, maar bij 91 procent de bacterie wordt uitgeroeid ; significant meer. PMID 16600940. Zie de vele voorgaande publicaties over probiotica en Helicobacter pylori.

236)Grossarth-Maticsek R et al ; Behav Res Ther 29: 343-51 ; 1991 : Selectie van personen met een vermoedelijk hogere kans op kanker en vervolgens gerandomiseerd wel dan wel geen psychotherapie bleek ingeval van psychotherapie de sterftkans te verlagen ; iets dergelijks werd apart voor hart- en vaatziekten ook gevonden. PMID 1888324.

237)Heilbrunn LK et al ; JAMA 295: 1539-48 ; 2006 : Caloriebeperking vermindert DNA-schade, de nuchtere insulinespiegel en de lichaamstemperatuur ; alles past bij minder kans op kanker en bij life-extension. PMID 16595757.

238)Berget A et al ; Acta Obstet Gynecol Scand 70:231-5 ; 1991 : Laser en cryotherapie zijn even effectief bij de behandeling van intraepitheliale neoplasie van de cervix. PMID 1927301.

239)Denny L et al ; JAMA 294:2173-81 ; 2005 : Na constateren papillomavirus cervicaal werd met cryotherapie behandeld dan wel er werd afgewacht : met cryotherapie bleek CIN naderhand significant minder voor te komen. PMID 16264158.

240)Huang HY et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 9: 647-52 ; 2000 : Bij niet-rokers hebben noch E of C alleen noch de combinatie een effect op de 8-OH-dG-spiegel in de urine. Groenten en fruit konden het echter wel . PMID 10919732. Zie ook 57.

241)Kristal AR et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 14: 2377-83 ; 2005 : Vetbeperking plus veel fruit bleken binnen 36 maanden niet in staat de biomarkers van een Barrett-slokdarm positief te beïnvloeden. PMID 16214920.

242)Hou J et al ; World J Gastroenterol 8:418-22; 2002 : Zenshengping vermindert in gerandomiseerd dubbelblind onderzoek kans op progressie van dysplasie slokdarm naar slokdarmkanker. PMID 12046061.

243)Wang J et al ; Zhonghua Zhong Liu Za Zhi 22:510-2; 2000 : ZSP vermindert kans dat slokdarmhyperplasie in slokdarmkanker overgaat. PMID 11235577. Zie ook 13 en 242.

244)Grasten SM et al ; J Nutr 130:2215-21; 2000 : Roggebrood in vergelijking met witbrood geeft een snellere darmassage ; beta-glucuronidase en beta-glucosidase hebben bij consumptie van roggebrood bij mannen een significant lagere activiteit ; de galzuurniveaus waren met rogge bij mannen en vrouwen aantoonbaar lager ; het butyraatgehalte was met rogge alleen bij mannen aantoonbaar hoger. De eindconclusie is dat deze bevindingen pleiten voor een verlaging van het kankerrisico door rogge. PMID 10958815.

245)Huber R et al ; Eur J Med Res 10: 411-8 ; 2005 : Maretakextracten verhogen bij gezonden in vergelijking met placebo de productie van GM-CSF, IL-5 en IFNgamma ; dit alles pleit voor de toepassing van maretakextracten ter preventie en ter behandeling van kanker. PMID : 16287602.

246)El-Nezami HS et al ; Am J Clin Nutr 83: 1199-203 ; 2006 : Consumptie van een mengsel van melkzuurbacterien vermindert in vergelijking met placebo in gebieden met veel leverkanker de spiegel van aflatoxineB1-N7-guanine, een weerspiegeling van de blootstelling aan aflatoxine B(1). Niet vreemd, zoals in mijn boek :Voedingsinterventie bij kanker, al wordt gemeld breken melkzuurbacterien in veel gevallen aflatoxine af (en daardoor wellicht minder leverkanker). PMID 16685066.

247)Butterworth CE et al ; Am J Clin Nutr 35:73-82 ; 1982 ; 47 vrouwen met milde tot ernstige dysplasie van de baarmoedermond kregen 10 mg foliumzuur dagelijks of een placebo ; dit bleek een vervolgstrijkje aantoonbaar te verbeteren. PMID 7064879.

248)Butterworth CE et al ; Am J Obstet Gynecol 166:803-9 ; 1992 : 235 vrouwen met cervicale dysplasie graad 1 of 2 bleken ook in dit onderzoek met 10 mg foliumzuur per dag een duidelijke verbetering van het uitstrijkje te zien te geven. PMID 1312773.

249)Grubben MJ et al ; Aliment Pharmacol Ther 14:1181-90 ; 2000 : Ongefilterde koffie verhoogt in darmmucosa glutathionspiegels ; dit spoort met epidemiologische gegevens nl dat koffie de kans op darmkanker vermindert. PMID 10971235.

250) Talaska G et al ; *Mutagenesis* 2006 ; 19 april ; Een hoge inname van flavonoiden vermindert DNA-schade aan cellen van de blaas ; PMID 16624830.

251) Colbert LH et al ; *Cancer Causes Control.* 13:445-53 : 2002 : Een forse toename van de fysieke activiteit blijkt in dit gerandomiseerde onderzoek bij ruim 1900 mensen met een darmadenoom in de voorgeschiedenis, slechts tot een niet significante afname van de recidiefkans te leiden. PMID 12146849.

252) Prieme H et al ; *Am J Clin Nutr* 65:503-7 ; 1997 : 200 IU vitamine E , 500 mg vitamine C en 90 mg Q10 blijken elk afzonderlijk dan wel in combinatie bij rokers niet instaat DNA-schade te voorkomen voor zover gemeten aan de onveranderde uitscheiding van 8-oxo-7,8-dihydro-2'-deoxyguanosine, een 'reparatiestof' ; het betreft echter een wel heel softe parameter.

253) Haggans CJ et al ; *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev* 9:719-25 ; 2000 : Tarwevezel had geen , lijnzaadolie had wel een verhogend effect bij premenopauzale vrouwen op de ratio van 2:16alpha-OHE1 in de urine ; dit wijst erop dat lijnzaadolie het oestrogeenmetabolisme zodanig beïnvloedt dat hierdoor de kans op borstkanker vermindert. PMID 10919743.

254) Haggans CJ et al ; *Nutr Cancer* 33:188-95 ; 1999 : Vergelijkbaar qua opzet met 253, al betrof het nu postmenopauzale vrouwen ; het resultaat was vergelijkbaar ; PMID 10368815. Zie ook de publicaties aangaande flaxseed (lijnzaad)olie in de therapeutische lijst.

255) Porrini M et al ; *Br J Nutr* 80: 353-61 ; 1998 : In dit gerandomiseerde onderzoek blijkt lycopen uit tomatenpuree beter te worden opgenomen dan uit rauwe tomaat ; PMID 9924277.

256) Salim AS ; *J Lab Clin Med* 119:702-9; 1992 : DMSO bevordert in gerandomiseerd onderzoek bij rokers herstel van maagzweer en vermindert na herstel de kans op een recidief. PMID 1593216. Zie ook de therapeutische lijst no 112. Verder onderzoek moet aantonen of DMSO de kans op maagkanker reduceert.

257) da Mota Menezes V et al ; *Helicobacter* 11:188-95 ; 2006 : Lafoensia pacari St. Hil , rijk aan ellaginezuur vermindert in gerandomiseerd dubbelblind onderzoek ernst Helicobacter-infecties, maar bewerkstelligt geen eradicatie ; PMID : 16684267.

258) Morton C et al ; *Arch Dermatol* 142:729-35 ; 2006 : PDT met methylaminolevulinaat geeft betere behandelingsresultaat van basaal carcinoma van de huid in situ dan cryotherapie. PMID 16785375.

259) Muto Y et al ; *Hepatology Res* 2006 ; May 29 (Epub ahead of print) : In dit gerandomiseerde onderzoek blijken BCAA ingeval van een verhoogd lichaamsgewicht en een reeds duidelijk verhoogd alfa-foetoproteïne samenhangend met levercirrhose, de kans op leverkanker te verlagen. PMID 16737844.

260) Fowke JH et al ; *Carcinogenesis* 2006 May 15 (Epub ahead of print) : In dit gerandomiseerde onderzoek bleek kool de oxydatieve stress duidelijk te verlagen in vergelijking met een vezel/micronutrientenpreparaat. Kool had verder tov de baseline wel een effect ; genoemd vezel-/micronutrientenpreparaat niet. De effecten werden gemeten aan de hand van F2-isoprostaaniveau's. PMID 16704986.

261) Naik R et al ; *Int J Gynecol Cancer* 16: 786-90 ; 2006 : Indol-3-carbinol vermindert klachten (jeuk en pijn) en omvang van vulvaire intraepitheliale neoplasie ; ook hormonaal treden er gunstige veranderingen op ; PMID 16681761.

262) Liedtke K et al ; *Oral Dis* 4:78-83 ; 1998 : Dagelijks 50 mg vitamine E en/of 20 mg beta-caroteen vermindert bij mannelijke rokers de kans op leukoplakie en andere afwijkingen in de mond-/keelholte niet. PMID 9680894. Het ging effectief om slechts weinig patiënten ; van daar dat met beta-caroteen in 34,106 en 110 wel een gunstig effect van beta-caroteen tav leukoplakie is gevonden ; overall : beta-caroteen is zinvol ingeval van leukoplakie.

263) Di Mario F et al ; *Aliment Pharmacol Ther* 23:1235-40 ; 2006 : Lactoferrine naast antibiotica verhoogt kans op uitroeien Helicobacter pylori ; PMID 16611285. Zie ook 193 en 194.

264) Wood AW et al ; *Int J Radiat Biol* 82: 69-76 ; 2006 : Mobiel bellen leidt niet tot een vermindering van de overall-melatonine-uitscheiding ; echter de pre-bedtime waarden zijn door mobiel bellen wel lager, zo bleek uit dit gerandomiseerde onderzoek ; meer onderzoek is nodig. PMID 16546905.

265) Elkins G et al ; *Int J Clin Exp Hypn* 54:303-15 ; 2006 ; Hypnose bevordert stoppen met roken in dit gerandomiseerde onderzoek ; PMID 16766441.

266) He LZ et al ; *Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi* 21:422-3 ; 2001 : Behandeling met qingwei zhitong vermindert uitgebreidheid maagzweren veroorzaakt door Helicobacter pylori ; de bacterie verdween bovendien bij 47% van de patiënten in de behandelde groep ; PMID 12577435.

267) Kamangar F et al ; *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev* 15:1562-4 ; 2006 : Een lage dosis selenium met wat E en caroteen vermindert kans op longkanker niet ; dit gold ook voor de combinatie van zink en vitamine A , voor de combinatie van extra B2 en B3 alsmede voor de combinatie van extra vitamine C en

molybdeen ; PMID 16896051. Zie ook 3,28,32,47,48,53 ,54,92,97 en 101, alsmede 268. De overall conclusie : is selenium, aspirine en mogelijk vitamine A-zuur en foliumzuur met B12 verlagen risico longkanker ; vitamine C, B2,B3, gewone vitamine A, zink, betacaroteen, vitamine E en molybdeen doen dat echter niet.

268)Karp DD et al ; Clin Adv Hematol Oncol 3: 313-5 ; 2005 : Selenium helpt de kans op longkanker te verlagen. PMID 16167004.

269)Pereira Rde S. ; J Pineal Res 41:195-200 ; 2006 ; Melatonine, l-tryptofaan, B6, foliumzuur, B12, methionine en betaine zijn samen significant beter ter behandeling van gastroesophageale reflux dan omeprazol : dit vrijwel zeker relevant ter preventie van slokdarmkanker. PMID 16948779.

270)Habito RC et al ; Br J Nutr 84: 557-63 ; 2000 ; Vlees vervangen door tofu leidt bij mannen tot lagere testosteronniveaus ; dit past bij minder prostaatkankerrisico.

271)McTiernan A et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 15:1588-97 ; 2006 : In dit gerandomiseerde onderzoek bleek lichaamsbeweging tot minder delingsactiviteit in de darmcrypten te leiden : dit pleit ervoor dat lichaamsbeweging de kans op darmkanker vermindert ; PMID 16985018.

272)Lionetti E et al ; Aliment Pharmacol Ther ; 2006 ; 10 Oct ; Epub ahead of print ; Lactobacillus reuteri vermindert in vergelijking met placebo bijwerkingen antibiotica voor uitroeiing Helicobacter pylori bij kinderen. PMID 17032283.

273)Goldman CG et al ; Nutrition 22:984-8 ; 2006 : Probiotica bleken in dit onderzoek de werking van een protonremmer plus 2 antibiotica in een overigens klein onderzoek niet aantoonbaar te versterken ; zie evenwel ook de vele eerdere studies betreffende probiotica en bestrijding Helicobacter pylori ; PMID 16978844.

274)Bettuzi S et al ; Cancer Res 66 : 1234-40 ; 2006 : Groene thee-catechinen verminderen in vergelijking met placebo de kans op prostaatkanker bij mannen met een verhoogd risico op prostaatkanker ; PMID 16424063

275)Maskarinec G et al ; Eur J Clin Nutr 60: 1423-9 ; 2006 : Een soja-rijk dieet verlaagt serum testosteron niet, maar verlaagt wel PSA ; dit kleine pilot-onderzoek is derhalve wederom een aanwijzing dat soja relevant is voor de preventie van prostaatkanker ; PMID 16775579.

276)Hanai H et al ; Clin Gastroenterol Hepatol 4(12): 1502-6 ; 2006 : Curcuma is in vergelijking met placebo van therapeutisch belang bij de behandeling van colitis ; dit past bij de aanwijzingen dat curcuma de kans op darmkanker verlaagt en bestaande darmkanker remt. PMID 17101300.

277)Plummer M et al ; JNCI 99:137-46 ; 2007 : In dit gerandomiseerde onderzoek werd met de combinatie van vitamine C (750 mg per dag), beta-caroteen (18 mg per dag) en vitamine E (600 IU per dag) in vergelijking met placebo geen effect gezien op precancereuze laesies van de maag ; PMID 17227997. Zie ook 1,7, 14,15, 30, 57, 68 en 91. De meeste studies zijn gunstig ; wel lijkt beta-caroteen niet van belang en juist ook selenium lijkt van belang. Met name nummer 30 met als parameter wel of geen maagkanker telt uiteraard stevig mee.

278)Hubner RA et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev. 15:1607-13 ; 2006 : ook in dit gerandomiseerde onderzoek werd met foliumzuur een gunstig effect gevonden mbt colorectale adenoma bij patienten met een specifieke genetisch achtergrond ; PMID 16985020. Dit is de zoveelste studie die gunstig is voor foliumzuur bij maag-/darmkanker.

279)Gill CI et al ; Am J Clin Nutr 85: 504-10 ; 2007 : Waterkers reduceert de DNA-schade aan lymfocyten ; bij rokers is dit effect significant sterker ; PMID 17284750.

280)Rafter J et al ; Am J Clin Nutr 85:488-96 ; 2007 : Twee typen melkzuurbacterien met inuline blijken bij patienten die wegens poliepen of darmkanker geopereerd zijn meerdere risicofactoren aangaande darmkanker te reduceren, maar ook de delingsactiviteit van het darmslijmvlies neemt af ; PMID 17284748.

281)Campbell KL et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 16:731-9 ; 2007 ; Bij premenopausale vrouwen leidt lichaamsbeweging niet tot veranderingen in het oestrogeenmetabolisme, maar wel tot een gunstige shift daarin. PMID 17416764. Zie ook 231.

282)Fradet Y et al ; J Urol 2007 ; 10 mei ; PDT met hexaminolevulinaat verbetert detectie carcinoma in situ blaas significant. PMID 17499291.

283)Moloney FJ en Collins P ; Br J Dermatol 2007 ; 14 mei : PDT met ALA voor actinische keratosen geeft meer en langer pijn dan PDT met MAL ; de effectiviteit is gelijk ; MAL is wel duurder dan ALA ; PMID 17501954.

284)Caan B et al ; Arch Intern Med 167:893-902 ; 2007 : Calcium plus vitamine D verminderen stijging gewicht postmenopauzaal ; PMID 17502530.

285)Lappe JM et al ; Am J Clin Nutr 85: 1586-91 ; 2007 ; De gecombineerde suppletie met vitamine D en

calcium vermindert bij postmenopauzale vrouwen het kankerrisico in vergelijking met placebo ; PMID 17556697.

286) Cole BF et al ; JAMA 297:2351-9 ; 2007 ; Foliumzuur vermindert binnen 3 jaar de kans op darmkanker niet bij risicopatienten ; er waren evenwel slechts 1000 patienten in dit onderzoek (500 versus 500) ; softere parameters zijn consistent eerder significant in het voordeel van foliumzuur ; het punt is dat in epidemiologische meta-analyses pas bij suppletie van foliumzuur langer dan 8 jaar een risicoreductie op manifeste kanker is gezien. PMID 17551129.

287) Qu CX et al ; JNCI 99:1240-7 ; 2007 ; Gekeken werd of 4 factoren in de voeding invloed hadden op het risico aan leverkanker te overlijden : deze factoren waren : A) retinol plus zink ; B) B2 en B3 , C) vitamine C en molybdeen en D) beta-caroteen, vitamine E en selenium ; individueel bleken deze factoren en sommige combinaties van 2 of 3 factoren bij bepaalde subgroepen sterftereducerend ; de combinatie van alle 4 de factoren bleek de sterftkans aan leverkanker echter zondermeer te reduceren ; PMID 17686823.

288) Rafter J et al ; Am J Clin Nutr 85: 488-96 ; 2007 ; Een synbioticum verbetert een scala van ongunstige parameters die bij de ontwikkeling van darmkanker passen ; PMID 17284748.

289) Wright ME et al ; Cancer 109:891-8 ; 2007 : Bij rokers beschermen 50 mg vitamine E niet tegen mond-, keel-, strottehoofd- en slokdarmkanker ; beta-caroteen 20 mg per dag deed dat ook niet, maar dat resultaat zegt hier door een slechte randomisatie in het nadeel van de beta-caroteen-groep niets. PMID 17265529.

290) Yuan SY et al ; Zhongguo Zhen Jiu 27:407-11 ; 2007 : Injectie van een BCG-polysaccharide in een acupunctuurpunt blijkt significant genezing van *condomylata acuminata* te bevorderen. PMID 17663101

291) Walfisch S et al ; Eur J Cancer Prev 16: 298-303 ; 2007 : Lycopen verlaagt bij patienten die aan darmkanker geopereerd moeten worden in vergelijking met placebo, de insulin-like growth factor-1/insulin-like growth factor-1-binding proteïne 3-ratio (IGF-1/IGFBP-3-ratio) ; dit past bij een preventieve rol van lycopen mbt darm- en andere kankers.

292) Graydon R et al ; Eur J Clin Nutr 61: 1196-200 ; 2007 : Bij gezonden verlaagt lycopen niet significant het IGF-1, maar het IGFBP-3 gaat wel significant omhoog ; de ratio als genoemd in referentie 291 gaat hier dus ook omlaag, wat wederom bij een kankerpreventieve rol van lycopen past. PMID 17299493.

293) Hittelman WN et al ; JNCI 2007, Oct 30 ; Epub ahead of print ; Vitamine E remt proliferatieve verandering van bronchusepitheel ex-rokers ; 13-cis-retinoïnezuur potentieert dit enorm ; 9-cisretinoïnezuur had geen aantoonbaar effect ; PMID 17971525. Zie ook 45,53 en 101 ; voorlopig lijken alle 3 de stoffen interessant ter preventie van longkanker.

294) Imase K et al ; Kansenshogaku Zasshi 81: 387-93 ; 2007 : *Lactobacillus reuteri* reduceert aanwezigheid *Helicobacter pylori*-aanwezigheid bij *Hylicobacter*-positieven. PMID 17695792. Zie ook o.a. ook 26,80,178, 180, 181,185,188, 190, 191, 235 en 257.

295) Prentice RL et al ; Minder vette voeding plus meer fruit en groenten verminderen in gerandomiseerd onderzoek de kans op eierstokkanker. PMID 17925539.

296) Major GC et al ; Br J Nutr Nov 1 ; 1-11 ; 2007 (Epub ahead of print) : Multi bevordert afvallen beter dan een placebo. PMID 17977472.

297) Powers HJ et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 16:2128-35 ; 2007 : Foliumzuur extra verbetert methylgroep-metabolisme in mucosa colon/rectum ; B2 verbetert dat nog meer bij mensen met een darmpoliep in de anamnese. PMID 17932361.

298) Qian LQ et al ; Chin J Integr Med 13:120-4 ; 2007 : Hyperplasie borsten met pijn en hormonale afwijkingen verbeteren met Likurang in vergelijking met placebo ; PMID 17609910.

299) Huang L et al ; Zhongguo Zhong Xi Jie He Za Zhi 19 : 329-31 ; 1999 : Jianruling vermindert hyperplasie borstweefsel ; E2 en prolactine gaan hierbij omlaag en progesteron en testosteron omlaag ; PMID 11783194 ; zie ook 298.

300) Beresford SA et al ; JAMA 295: 634-54 ; 2006 : Meer fruit en relatief minder vet vermindert binnen 5 jaar niet het risico op darmkanker. PMID 16467233. Zie echter ook 75,89, 144, 176 en 177 : : vetbeperking in combinatie met andere maatregelen om darmkanker te voorkomen lijkt dus toch zinvol.

301) Campbell KL et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 16: 1767-74 ; 2007 : Een jaar goed bewegen doet bij mannen diep in de darmcrypten de expressie van apoptos-inducerende eiwitten toenemen ; bij vrouwen neemt de expressie van dergelijke eiwitten hoger op in de crypten van de darm juist af. De precieze implicaties van dit alles is onduidelijk ; persoonlijk denk ik dat wat diep in de crypten gebeurt relevanter is. PMID 17855695. Zie ook 251.

302) Tworoger SS et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 16: 895-9 ; 2007 : Beweging verlaagt

prolactine bij postmenopausale vrouwen ; past bij lager risico op borstkanker ; PMID 17507612. Zie ook 231.

303)Pietschmann A et al ; Z Gesamte Inn Med 47: 518-22 ; 1992 : Clastogene werking UV (carcinogeen effect) wordt door diverse antioxydanten tegengegaan en wel in de volgorde : Se>Ginkgo>beta-caroteen > vitamine E. PMID 1462677.

304)Courtney ED et al ; Int J Colorectal Dis 22: 765-76 ; 2007 : EPA remt proliferatie darmmucosa bij patiënten met darmadenomen in de voorgeschiedenis. PMID 17216221 ; zie ook 24, 173 en 233.

305)Nishino H ; Recent Results Cancer Res 174: 67-71; 2007 : Een carotenoidencomplex blijkt in gerandomiseerd onderzoek de kans op leverkanker bij patiënten met levercirrhose aantoonbaar te verminderen. PMID 17302186.

306)Schwarz S et al ; J Nutr 138:49-53 ; 2008 ; Lycopene blokkeert toename benigne prostaathypertrofie en doet PSA dalen ; alles in vergelijking met placebo ; PMID 18156403.

307)Wennberg AM et al ; Transplantation 86: 423-9 ; 2008 ; PDT met methylaminolevulinaat helpt ontstaan van actinische keratosen bij getransplanteerden tegen te gaan, zo blijkt uit dit gerandomiseerde onderzoek. PMID18698246.

308)Ma Q et al ; Clin Cancer Res 13:7407-12 ; 2007 : Arginine remt ontwikkeling adenomen van de darm ; PMID 18094424.

309)Voskuil DW et al ; Nutr Cancer 60: 342-53 ; 2008 ; lycopene heeft bij vrouwen met een verhoogd risico op borstkanker een gunstig effect dwz : het verlaagt het vrije IGF-1 ; PMID 18444168.

310)Lacroix AZ et al ; J Gerontol A Biol Sci Med Sci 2009 ; PMID 19221190 ; in dit onderzoek verlaagt de combinatie calcium met vitamine D de sterfte slechts niet significant ; vitamine D deed dat in een metaanalyse wel ; het was slimmer geweest indien Lacroix et al ook magnesium hadden gegeven.

311)Foote JA et al ; Cancer Prev Res (Phila Pa) 2009 Mar 31 ; PMID 19336724 ; Lokale vitamine E verlaagt de polyaminegehalte's actinische keratosen ; dit past bij een lagere kans op basaalcelcarcinomen vanuit deze keratosen.

312)Rajar UD et al ; J Coll Physicians Surg Pak 2008 ; 18: 612-4 ; PMID 18940117 ; aloe vera geneest/verbetert beloop lichen ruber planus van de vulva.

313)Xiong C et al ; J Oral Pathol Med 2009 25 mei ; PMID 19486267 ; Lokale behandeling van erosieve orale lichen planus met een DNA-extract van BCG is in gerandomiseerd onderzoek aantoonbaar effectief.

314)Vrieling A et al ; Am J Clin Nutr 86 : 1456-62 ; 2007 ; PMID 17991659 ; Lycopene verhoogt bij personen met een verhoogd risico op darmkanker verhoogt IGF1 en 2 ; dit past bij een vermindering van het kankerrisico ; zie ook 291 en 292.

315)Fontana L et al ; Aging Cell 7: 681-7 ; 2008 ; PMID 18843793 ; Caloriebeperking vermindert IGF1/IGFBP3 niet ; IGFBP3 stijgt ook niet itt wat bij proedieren is gezien ; doort eiwitrestrictie daalde IGF1 wel ; dit wijst erop dat zo het kankerrisico verminderd kan worden.

316)Fedirko V et al ; Cancer epidemiol Biomarkers Prev 2009 Nov; 18(11):2933-41 ; PMID 19861511 ; Vitamine D plus calcium bevorderen t.ov. placebo de differentiatie van colonepitheel ; dit wijst op een kankerpreventieve werking van deze combinatie.

317)Fedirko V et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev. 2010 Jan ;19(1): 280-91 ;PMID 20056649 ; Vitamine D plus calcium verminderen de oxydatieve schade van colonepitheel ; dit in vergelijking met placebo ; ook dit wijst op een kankerpreventieve werking van deze combinatie.

318)Wu K et al ; Am J Clin Nutr 2009 Dec; 90(6): 1623-31 ; PMID 19864409 ; Foliumzuursuppletie blijkt in dit gerandomiseerde onderzoek de kans op een recidief van een colonadenoom te verminderen, maar alleen bij een wat lage foliumzuurspiegel ; de studies die p[leiten voor een preventieve werking van foliumzuur m.b.t. darmkanker overheersen toch duidelijk.

319)Yun TK et al ; J Med Food 2010 Jun;13(30):489-94 ; PMID 20521975 : Rode ginseng vermindert bij mannen met atrofische gastritis aantoonbaar de kans op kanker in vergelijking met p[lacebo.

320)Ide H et al ; Prostate 2010 Jul;70(10): 1127-33 ; Isoflavonen met curcuma verlagen in vergelijking met placebo de PSA bij mannen met een verhoogd PSA, maar nog niet aantoonbare prostaatkanker, de PSA significant. PMID 20503397.

321)Tsao AS et al ; Cancer Prev Res (Phila). 2009 Nov;2(11):931-41 ; 2009 ; PMID 19892663 ; Groene thee-extract remt progressie orale premaligne laesies richting kanker!

322)Wang J et al ; Zhonghua Zhong Liu Za Zhi 2000 Nov;22(6):510-2;PMID 11235577 ; Zeng sheng-ping verbetert premaligne slokdarmlaesies en vermindert ook ziekteprogressie.

323)Zhong WR et al ; Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1997 Aug;17(8):462-4;PMID 10322830 ; Sijunzi blijkt in vergelijking met een controle-middel metaplasie van de maag terug te kunnen draaien.

324)Zhong WR et al ; Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 1997 Aug;17(8):462-4 ; PMID 10322830 ' zelfde soort onderzoek als onder 323, met gelijk resultaat.

325)Bell MC et al ; Gynecol Oncol 2000 Aug;78(2):123-9;PMID 10926790 ; Indol-3-carbinol is zinvol bij de behandeling bij CIN van de cervix.

326)Gianotti L et al ; World J Gastroenterol 2010 Jan 14;16(2):167-75;PMID 20066735 ; bij patiënten met een hoog risico op darmkanker dan wel recidief ervan blijken bij probioticasuppletie een lagere delingsnelheid van hun darmslijmvlies te hebben ; iets wat feitelijk vaker gevonden is.

327)Kozu T et al ; Cancer Prev Res (Phila); 2009, Nov;2(11):975-83;PMID 19861543 ; Lactoferrine in een dagdosis van 3 gram vertraagt in vergelijking met placebo de groei van darmadenomen.

328)Seawarn N et al ; Indian J Dent Res 2011 Sep;22(5):639-43;PMID 22406705 ; Lycopene, 8 mg per dag blijkt in vergelijking met placebo zeer effectief tegen orale lichen planus. Zie ook 6,20 en 55.

329)Logan RE et al ; Gastroenterology 2008 Jan;134(1):29-38;PMID 18022173 ; aspirine (300 mg per dag) blijkt de kans op adenomen van de darm te verlagen ; 0,5 mg foliumzuu per dag r (een wel erg lage dosis) blijkt dit in dit onderzoek niet te kunnen.

330)Gaziano JM et al; JAMA ; published on line op 17 oktober 2012 : In een groot gerandomiseerd onderzoek met een follow-up van meer dan 10 jaar : een multi verlaagt het overall risico aan kanker bij mannelijke artsen in vergelijking met placebo met 8%.

331)Bonelli L et al; J Gastroenterology 2012; Oct 13; PMID 23065023 : de combinatie van 200 mcg selenium , 30 mg zink, 2 mg vitamine A , 180 mg C en 30 mg vitamine E verminderen in vergelijking met placebo de recidiefkans aangaande darmadenomen.

332)Ma JL et al;JNCI 2012 Mar21;104(6):488-92 ; PMID 22271764 ; de combinatie van knoflook, vitamine C,E en selenium leidt in vergelijking met placebo tot niet significant minder maagkanker, maar wel tot significant minder sterfte door deze ziekte.

333)Chen T et al ; Cancer Prev Res (Phila). 2012 Jan;5(1):41-50 ; Gevriesdroogd poeder van aardbeien (30 gram per dag) remt bij de mens progressie van premaligne afwijkingen van de slokdarm richting kanker.

334)Safarinejad MR et al; Br J Nutr 2013 ; 110(1):164-71; Q10 met visolie verlaagt de PSA bij gezonde mannen ;GLA doet deze juist stijgen ; PMID23199523.

335)Morgia G et al; Urol Int 2010;84(4) : 400-6;PMID 20332612 : lycopene naast Serenoa repens vermindert chronische prostatitis meer dan Serenoa repens alleen : dit pleit nog meer voor lycopene ter preventie van prostaatcancer.

336)Ishikawa H et al; J Am Coll Nutr 2012 Oct;31(5) 327-37 ; PMID23529990 : propolis verlaagt de kans op nieuwe goedaardige tumoren van de darm niet.

337)Huyke C et al; J Dtsch Dermatol Ges 2009 Feb;7(2):128-33;PMID 18808378 : Betuline lokaal werkzaam tegen actinische keratosen.

338)Salem EM et al; Saudi J Gastroenterol 2010 Jul-Sep;16(3):207-14;PMID 20616418 : Nigella sativa : een goede concurrent van triple therapie voor de eradicaie van Helicobacter pylori.

339)Dabos KJ et al; Phytomedicine 2010 Mar;17(3-4):296-9;PMID 19879118 ; In deze studie had een gompereparaat een duidelijke activiteit tegen Helicobacter pylori.

340)Vostalova J et al ; Phytomedicine 2013 Sep 4;PMID 24012146 ; 240 mcg selenium plus 570 mg silymarin op dagbasis vermindert bij mannen prostatismeklachten ; het testosteron werd niet beïnvloed, maar de PSA ging wel omlaag.

341)Deng X et al; J Tradit Chin Med 2012 Jun;32(2):164-72;PMID22876438 ' Weining blijkt precancereuze lesies van de maagwand terug te kunnen dringen.

342)Suriana D et al; J Invest Dermatol. 2012 May;132(5):1497-500 : Nicotiamide blijkt in dubbelblinde RCT's actinische keratosen te verminderen ; PMID22297641.

343)Li Y et al; Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi 2011 Dec;31(12):1635-8;PMID22384550: Weiyan dringt precancereuze lesies maag in vergelijking met een controle-middel terug.

344)Chen T et al; Cancer Prev Res (Phila) 2012 Jan;5(1):41-50 ; PMID 22135048 : Een extract van aardbeien blijkt premaligne afwijkingen van de slokdarm te kunnen terugdringen.

345)Castanon A et al; Br J Cancer 2012 Jan 3;106(1):45-52;PMID 22075942; dagelijks 150 mg DIM heeft bij uitstrijkjes geen effect op gevonden CIN2plus.

346)Marshall JR et al ; Cancer Prev Re (Phila). 2011 Nov;4(11):1761-9;PMID 21896650 : in dit onderzoek werd in tegenstelling tot een eerdere trial geen preventieve werking van selenium met betrekking tot prostaatcancer gevonden ; vermoedelijk heeft dit met de relatief goede seleniumstatus van de onderzochte groep te maken.

347)Collaborators, Gut 2012 Feb;61(2):255-61;PMID 21890814 : In dit kleine onderzoek geen significante preventie van darmpoliepen ; overall is die er wel : zie 63,66,71,78,92, 267 en 329.

348)Fleshner NE et al; J Clin Oncol 2011 Jun 10;29(17):2386-90;PMID21537051 ; in dit onderzoek bleek de combinatie van E (800 IU), 40 gram soja en 200 mcg selenium de progressie van high-grade intraepitheliale prostaatcarcinoom tot kanker niet te remmen ; zie ook 2,3,340 en 346 ; mogelijk is selenium alleen relevant indien de seleniumstatus slecht is en/of er gerookt is.

349)Van Breemen et al; Cancer Prev Res (Phila). 2011 May;4(5):711-8;PMID 21430075 ; Bij zwarte Afrikanen blijkt extra lycopene (30 mg per dag) gedurende 3 weken voorafgaande aan een prostaatbiopsie, het gehalte van de prostaat aan diverse oxydatieproducten niet te verminderen ; de kleine groep (100 man) de korte follow-up en de niet scherpe vraagstelling maken dit onderzoek niet duidelijk relevant.

350)Kojima K et al; Hepatogastroenterology 2010 Sep-Oct;57(102-103):1264-7;PMID 21410069 : trend tot minder HCC bij hepatitis-C-patienten in een pilotstudie ; zie ook de nummers 1338 en 1356 van de therapeutische lijst.

351)Ahearn TU et al; Cancer Res 2011 Jan 15;71(2):413-23 ; PMID 21084270 : dagelijks 2 gram calcium en 800 IU vitamine D3 verbetert de genetische expressie in adenomen in vergelijking met placebo richting goedaardig.

352)Ishikawa H et al; Cancer Med 2013 Feb;2910:50-6;PMID 24133627 : Aspirine remt groei adenomen darm in vergelijking met placebo ; dit bleek al na 6-10 maanden 100 mg aspirine per dag. Zie ook 54,63, 66, 78 , 92 en 329.

353)Armstrong WB et al; Cancer Prev Res (Phila). 2013 May;6(5):410-8;PMID 23639862 ; Bowman-Birkman-factor vergroot regressiekans leukoplakie keel niet.

354)Levine AJ et al; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 2010 Oct;19(10):2541-8;PMID 20841390 ; 1 mg foliumzuur per dag vermindert de kans op een recidief van een adenoom van de darm niet.

355)Thompson PA et al; Cancer Prev Res (Phila) 2009 Dec;2(12):1023-30;PMID19952360 ; ursodeoxycholzuur verminderde in dit onderzoek de kans op colorectale adenomen niet ; zie ook 21,73,83 en 84 ; overall lijken die onderzoeken hetzelfde te vinden.

356)Kensler TW et al; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 2005 Nov;14(11 Pt 1):2605-13 ; PMID 16284385 ; Broccolispruiten rijk aan sulphorafaan verlaagt schadelijke niveau van aflatoxine.

357)Sansbury LB et al; Am J Epidemiol 2009 Sep 1;170(5):576-84; PMID 19643809 ; Veel vezels, veel fruit en groenten plus laag vet verlaagt de kans op een recidief van adenomen van de darm.

358)Jaszewski R et al; World J Gastroenterol 2008 Jul 28;14 (28):4492-8;PMID18680228 ; Foliumzuur in een dagdosering van 5 mg (!) verminderde de recidiefkans op adenomen van de darm. Dit is in lijn met veel ander onderzoek uit deze lijst.

359)Hernandez-Reif M et al; Prev Med 1999 Jan;28(1):28-32 ; PMID 9973585 Zelfmassage blijkt in gerandomiseerd onderzoek rookverslaving te verminderen.

360)Garcia FA et al; Gynecol Oncol 2014 Feb ; 132(2):377-82;PMID24388920 ; 800 mg EGCG verbeterde bij vrouwen; dagelijks 4 maanden gegeven, een C1N1-uitstrijkje niet. C1N2 en C1N3 zijn overigens veel interessanter om EGCG bij te testen.

361)Walfish S et al; Eur J Cancer Prev 2007 Aug;16(4):298-303 ;PMID 17554202 ; Lycopene verlaagt bij patienten die eerder darmkanker hadden, de insulin-like growth factor concentratie ; dit past bij een kankerpreventieve werking van lycopene.

362)Nagao T et al; Int J Cancer 2014 Aug 23; Dagelijks 50 mg beta-caroteen plus 500 mg vitamine C geeft bij 23 versus 23 personen in verghelijking met 50 mg vitamine C extra slechts een niet significante afname van leukoplakie in de keel ; de kleinschaligheid is hier een minpunt ; zie ook elders in deze lijst voor lycopene en leukoplakie.

363)Zong HX et al; Zhongguo Zhong Yao Za Zhi 2006 Sep;31(18):1545-7;PMID 17144474 ; Mastoplasia met succes behandeld mbv 'xiaozheng

364)Mathew A et al ; Eur J Cancer Prev 2004 Jun;13(3):159-64;PMID 15167213 : minder vlees vermindert de kans op nieuwe adenomen van de darm niet ; meer vis deed dat wel, al was het laatste slechts een negatieve correlatie.

365)Maskarinec G et al; Eur J Clin Nutr 2006 Dec;60(12):1423-9;PMID 16775579; Soja verlaagt eenzijdig getoetst de PSA bij gezonde mannen, maar de testosteron verandert niet.

366)Tanaka S et al ; J Nutr 2006 Mar;130(3 Suppl):821S-826S;PMID 16484573 ; een extract van oude knoflook blijkt aantal en grootte nieuwe darmadenomen bij de mens te verminderen.

367)Wang Y et al ; Zhongguo Zhen Jiu 2005 Sep;25(9):619-21; PMID 16318147 ; Acupunctuur vermindert

een hele reeks kenmerken van hyperproliferativiteit in de vrouwelijke borst.

368) Lu Y et al; Zhongguo Zhen Jiu 2005 Jul;25(7):457-9; PMID 16309129 ; Acupunctuur plus Chinese kruiden verminderen metaplasie samenhangend met atrofische gastritis.

369) Wu YN et al; Zhongguo Zhong Xi Yi He Za Zhi 2005 Sep;25(9):836-9 ; PMID 16248251 ; KLangwei is effectief tegen metaplasien samenhangend met atrofische gastritis maag.

370) Hartman TJ et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 2005 Oct;14(10):2359-65 ; PMID 16214917 ; Indien reeds NSAIDS gebruikt worden blijkt de combinatie van minder vet, meer fruit en meer vezels de kans op nieuwe adenomen van de darm bij daarvoor gevoelige patienten te verlagen.

371) Limburg PJ et al; Gastroenterology 2005 Sep;129(3):863-73 ; PMID 16143126 ; selenium remt progressie bij milde dysplasie in plaveiselepitheel van de slokdarm, maar niet bij ernstiger vormen.

372) Adams KF et al; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 2004 Apr; 13(4):644-8; PMID 15066931 ; bij gezonde mannen heeft 83 mg sojaisoflavonen geen effect op de PSA-spiegels. Zie echter ook 320, waar het mannen met een heel duidelijk verhoogd PSA betrof.

373) Ishikawa H et al; Gut 2014 Nov;63(11):1755-9 ; PMID 24488498 ; Aspirine vermindert bij patienten voor goed- dan wel kwaadaardige darmtumoren behandeld zijn de kans op nieuwe darmtumoren ; dit is geheel in lijn met veel ander onderzoek.

374) Bleeker MC et al; Int J Cancer 2003 Dec 10;107(5):804-10; PMID 14566831 : Condoomgebruik bevordert regressie van CIN bij vrouwen!

375) Morgia G et al ; Prostate 2014 Nov ; 74(15):1471-80 ; Serenoa repens met lycopen en selenium is effectiever tegen prostatisme dan tamsulosine. PMID 25154739.

376) Van Gorkom BA et al; Nutr Cancer 2002;43(1):31-8; PMID 12467132 ; dagelijks 30 gram amylomais of calcium (1 gram) hebben geen invloed op de proliferatiesnelheid van de darmwandcellen bij een voorgeschiedenis van darmadenoma.

377) De Vet HC et al; J Clin Epidemiol 1991;44(3):273-83; PMID 1999687; binnen 3 maande bleek 10 mg beta-caroteen per dag niet in staat cervicale dysplasie tot regressie te brengen.

378) Keefe KA et al ; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 2001 Oct;10(10):1029-35 ; PMID 11588128 ; in vergelijking met placebo bleek extra beta-caroteen (afwijkende uitstrijkjes niet te verbeteren).

379) Li N et al; Proc Soc Exp Biol Med 1999 Apr;220(4):218-24; PMID 10202392 : Groene thee-extract vermindert orale leukoplakie.

380) Hyman J et al; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 1998 Apr;7(4):291-5; PMID 9568783 ; Calcium vermindert de kans op nieuwe adenomen van de darm ; zie o.a. ook 16.

381) Romney SL et al; Gynecol Oncol 1997 Jun;65(3):483-92; PMID 9190980 : Bij CIN van de cervix heeft extra beta-caroteen geen effect op het beloop.

382) Simon JC et al; J Eur Acad Dermatol Venereol 2014 Sep 25; PMID 25257941 ; hyperkeratotische actinische keratosen zijn net significant beter te behandelen met aspirine plus 5-FU dan met cryoablatie alleen.

383) Wang LD et al; Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 1993 Jan-Feb;2(1):71-8; PMID 8420615 ; extra calcium heeft bij hoog-risico patienten in China geen effect op precancereuze lesies van de slokdarm.

384) Ligo M et al; Biometals 2014 Oct;27(5):1017-29; PMID 24867408 ; stimuleert immuunsysteem en remt groei poliepen bij de mens.

385) Meyskens FL Jr et al; JNCI 1994 Apr 6; 86(7):539-43; PMID 8133537 : ATRA kan CIN 2 van de cervix tot regressie brengen, maar niet een ernstiger dysplasie.

386) Srinagong C et al ; Asian Pac J Cancer Prev 2014;15(22):9909-13; PMID 25520127; Bismuth plus probiotica naast antibiotica bevorderen uitroeiing Helicobacter.

387) Heidari M et al; Complement Ther Med 2014 Aug;22(4):607-13; PMID 25146062 ; Seidlitzia rosmarinus helpt benigne prostaathyperplasie te verminderen.

388) Kumar NB et al; Cancer Prev Res (Phila) 2015 Apr 14; PMID 25873370 ; groene thee extract (400 mg EGCG) verminderde bij patienten met een hoge intraepitheliale neoplasie van de prostaat de PSA-stijging en stijging/verandering van diverse risicofactoren. Het aantal prostaatkankergevallen was 5 versus 9 in het voordeel van het extract ; dit verschil was uiteraard niet significant. Zie ook 274.

389) Wang L et al; Am J Clin Nutr 2014 Sep;100(3):915-23 ; PMID 25008853; 4 jaar lang om de dag 400 IU vitamine E dan wel elke dag 0,5 gram C verminderde bij mannen de kans op diverse kankers niet.

390) Higurashi T et al ; BMC Cancer 2012 Sep 19;12:413; PMID 22992267 ; EPA remt progressie voorstadia darmkanker ; zie ook 132,173 en 334.

391) Abdreeva VA et al; Arch Intern Med 2012 Apr 9;172(7):540-7; PMID 22331983 ; dagelijks 600 mg EPA/DHA en wat B6, B12 en foliumzuur bleek bij hartpatienten, de kans op kanker niet te verlagen ;

duidelijk is dat de doseringen laag zijn ; met name geldt dit voor de omega-3.

392)Baron JA et al; NEngl J Med 2015 oct 15;373(16):1519-30;PMID 26465985 ; 1000 IU vitamine D plus 1200 mg calciumcarbonaat verminderen de kans op goedaardige darmtumoren niet.

393)Gann PH et al; Nutr Cancer 2015;67(7):1104-12 ; PMID 26422197 ; Lycopreen vermindert intraepitheliale neoplasie in de prostaat.

29 en 72 , 243 en 322, 323 en 324 ; 333 en 344, 79 en 371 ; 93 en 369 maar ook 28 en 45 zijn identiek ; de lijst is nu dus feitelijk 386 studies lang.

Samengesteld door E. Valstar, arts & bioloog. Geactualiseerd op 16 januari 2016. Deze lijst wordt op www.ngoo.nl gepubliceerd. Ook op deze lijst is onze disclaimer (zie op www.ngoo.nl) van toepassing. Naast E. Valstar hebben de volgende personen bijgedragen aan de samenstelling van deze lijst: Ed Woerlee, voedingstechnoloog, wijlen Hans Houtsmuller, internist en Johan Bolhuis, arts.