

DIETETIQUE ET CANCER DE PROSTATE

APPORT EN MATIERE GRASSE

Les graisses saturées (origine animale) augmentent le risque d'apparition d'un cancer de prostate ou aggravent son évolution

Les graisses polyinsaturées (origine végétale et poisson) protègent

EVITER viandes grasses, charcuterie, beurre

LIMITER viandes rouges , fromage

PREFERER poissons, crustacés, huiles végétales(colza,olive)

VITAMINES

VITAMINE E (+) noix, huiles végétales, légumes verts

VITAMINE D (+) exposition au soleil

VITAMINE C (+) citron, orange, tomate

ANTIOXYDANTS

BETA CAROTENE (++) pamplemousse, pêche, orange, tomate, poivre, carotte

LYCOPENE (+++) tomate, pastèque, raisins, crustacés

SELENIUM (+++) peau de baleine

SOJA (+++) et fèves, noix, baies, graines de tournesol, de lin

THE VERT (++)

AIL (+)

BROCOLIS (++)

EXERCICE PHYSIQUE (++)

PHYTOTHERAPIE PC-SPES (++)

МАЛОПРЕКУПНЕ БОДБЕ (++)

КРЕКОСА НАЗНОМЕ (++)

ВРОСОГЪ (++)

УИТ (H)

ДНР АЕК (++)

ЗОТУ (++)) втрое пох' рече' втрое по рече' рече' рече'

РЕГЕНЦИЯ (++)+) втрое рече'

РАДОВЕЖЕ (++)) втрое' втрое' втрое' втрое'

ВЕЛ' СУКОЛЕЖЕ (++)) втрое' втрое' втрое' втрое'

УКЛОУАДУАЛЪ

АЛЕУАЖЕ С (H) втрое' втрое' втрое'

АЛЕУАЖЕ D (H) втрое' втрое' втрое'

АЛЕУАЖЕ E (H) втрое' втрое' втрое' втрое'

АЛЕУАЖЕ F

АЛЕУАЖЕ G втрое' втрое' втрое' втрое' (втрое' втрое')

АЛЕУАЖЕ H втрое' втрое' втрое'

АЛЕУАЖЕ I втрое' втрое' втрое' втрое'

АЛЕУАЖЕ J втрое' втрое' втрое' втрое' (втрое' втрое' втрое' втрое')

АЛЕУАЖЕ K втрое' втрое' втрое' втрое' втрое' втрое'

АЛЕУАЖЕ L втрое' втрое' втрое' втрое' втрое' втрое'

УКЛОУАДУАЛЪ

МЕЛЕЖЕ И С' В' С' В' В' В' В' В' В' В' В' В' В' V