

# Frissítik a rákkeltő anyagok listáját, belépett az aloe vera is

**Megjelent: Index.hu "Tudomány" rovatban**  
**Időpont: 2023.07.05 7:29**

Ahogy az Index is [megírta](#), a Nemzetközi Rákkutatási Ügynökség (IARC) július 14-én [fogja közzétenni](#) a rákkeltő anyagok frissített listáját új, veszélyes elemekkel. Ezek közül a legnagyobb figyelmet az aszpartám kapja, amit minden diétázó és fogyókúrázó rendszeresen fogyaszt alacsony kalóriatartalma és édes íze miatt. A hírek hallatán az édesítőszeret képviselő szervezetek már tiltakozásba kezdtek, és a vihar nem csillapul továbbra sem.

## De mi is ez a lista?

A humán- és állatkísérletek tudományos bizonyítékait és a rákkeltő hatás lehetséges mechanizmusait vizsgálva a kutatók négy csoportba sorolják az aggodalomra okot adó elemeket, amik lehetnek élelmiszerek, tevékenységek, bármi.

Ez a négy kategória a következő:

- rákkeltőek (például az alkohol, HPV kórokozói)
- valószínűleg rákkeltőek (vörös hús, levegőszennyezés),
- lehetségesen rákkeltőek (fogamzásgátlók, mobiltelefon, és ide kerül hamarosan az aszpartám),
- bizonyíték híján nem minősíthetőek rákkeltőnek (érintetlenítő, hajfestékek)

A lista most újabb elemekkel bővült, és már foghatjuk is a fejünket, mert az egyik új szereplő a népszerű aszpartám, a [másik](#) pedig a szintén közkedvelt aloe vera, a sebgyógyító növény kivonata. Patkányokon végzett vizsgálatokból ugyanis kiderült, az aloe verás ivóvíz növeli a vastagbélrák kialakulásának esélyét, mert a növény bizonyos vegyi anyagai károsíthatják a DNS-t.

## A 2B csoport

A rákkeltő anyagokat listázó csoportban 94 tétel szerepel, ezek közül sok nem meglepő, például a benzin, a bitumen, de van, amin elcsodálkozhatunk, mondjuk az ázsiai savanyított zöldségeken.

Több munkáról köztudott, hogy potenciálisan rákkeltő – a vegyszerekkel foglalkozó fodrász, a szobafestő, a hegesztő, vagy a rovarirtó szerekkel dolgozó, az asztalos, a vegytisztító.

A 2B alcsoport a *lehetségesen rákkeltő anyagokat* tartalmazza, ezeknél szükség van „korlátozott bizonyítékokra az emberekben a rákkeltő hatásra, és elegendő bizonyítékra a rákkeltő hatásra kísérleti állatoknál”. Az élelmiszerek tehát akkor is bekerülhetnek ebbe a skatulyába, ha nincs közvetlen bizonyíték arra, hogy rákot okoznak az embernek, de gyanús, hogy ha az állatoknál rákkeltőek, akkor nálunk is így működhetnek.

Ebbe a lehetséges rákkeltő anyagokat tartalmazó csoportba tartoznak a csak progeszteront tartalmazó fogamzásgátlók, a rádiófrekvenciás mágneses mező (amit például a mobiltelefon is sugároz), vagy a Ginkgo biloba kivonat.

## Az alattomos aszpartám

Az aszpartámot a hatvanas években fedezték fel, és egyből óriási népszerűsége tett szert, mivel nincs benne kalória, de 180-szor édesebb, mint a fehér cukor. A terméket évtizedek óta vizsgálják, körülbelül 6000 élelmiszer összetevője világszerte.

És hogy hol találkozhatunk vele?

Cukormentes üdítőkben, rágógumikban, konyhakész szószokban, cukormentes reggelizőpelyhekben és az orvosi szirupokban is.

A rákkeltő dolgokat tartalmazó lista azonban nem tér ki arra, hogy mekkora mennyiségnél lehetséges a káros hatás, az Egyesült Államok Élelmiszer- és Gyógyszerügyi Hatósága csupán annyit közölt, hogy az aszpartám megengedett bevitele naponta legfeljebb 50 mg testtömeg-kilogrammonként, ami körülbelül 19 dobozos diétás kólának felel meg. Az aszpartám jele a csomagolásokon E951, ezt figyeljük, ha nem akarjuk túlzásba vinni a bevitelét.

■