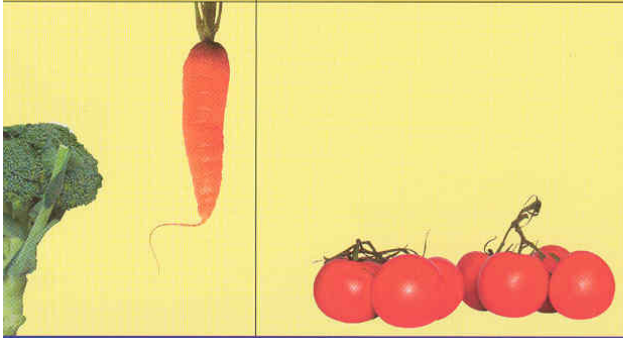


Sekundäre Pflanzenstoffgruppe - Krebshemmung

Sekundäre Pflanzenstoffgruppe <i>(eine Auswahl)</i>	Vorkommen <i>(Beispiele)</i>	Wirkungen										
Glukosinolate	Broccoli, Kohlgemüse, Senf	+	+								+	
Karotinoide	Karotten, Tomaten	+		+		+					+	
Phytinsäure	Getreide	+		+		+						+
Phytoöstrogene	Leinsamen, Soja, Getreide	+		+								
Phytosterine	Broccoli, Karotten, Tomaten	+									+	
Polyphenole	Broccoli, Preiselbeeren, Weintrauben	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Saponine	Hülsenfrüchte	+	+				+				+	
		antikanzerogen	antimikrobiell	antioxidativ	antithrombotisch	immunmodulierend	entzündungshemmend	Blutdruck beeinflussend	cholesterinsenkend	Blutzuckerspiegel beeinflussend		

Bildquelle: unbekannt