

Populärvetenskaplig sammanfattning för projekt finansierat av Ekhagastiftelsen

Populärvetenskaplig sammanfattning ska lämnas inom 2 månader efter anslag har beviljats.

Diarienummer:	2025-132
Projekttitel:	Kan en kost rik på naturligt förekommande fytosteroler minska insjuknande i prostatacancer?
Anslagsmottagare:	Göteborgs Universitet Sahlgrenska Akademin, Institutionen för medicin
Projektledare/Kontaktperson:	Sofia Klingberg
Projektstart:	2026-01-01
Projektslut:	2027-06-30
Totalt av Ekhagastiftelsen beviljade medel:	515 000 SEK

Sammanfattning: (200 - 300 ord)

Prostatacancer är den vanligaste cancerformen bland män i Sverige och orsakar varje år stort lidande samt betydande samhällskostnader. Trots att kostens betydelse för utveckling av flera cancerformer är välkänd, saknas fortfarande tydlig kunskap om vilka specifika kostfaktorer som kan bidra till att minska risken för prostatacancer. Ett särskilt intressant område rör fytosteroler – bioaktiva ämnen som förekommer naturligt i växtbaserade livsmedel.

Fytosteroler finns i växters cellmembran och återfinns bland annat i fullkornsprodukter, vegetabiliska oljor, nötter och grönsaker. Kostintaget av fytosteroler varierar kraftigt mellan individer beroende på kostvanor och livsmedelsval. Hos svenska män uppskattas det dagliga intaget variera från 100 mg till 1 000 milligram per dag. Fytosteroler är främst kända för sin kolesterolsänkande effekt, men laboratorie- och djurstudier har även visat att de kan påverka biologiska processer som är centrala för cancerutveckling. Särskilt den vanligaste fytosterolen, β -sitosterol, har i studier på mänskliga prostatacancer celler visat sig kunna hämma celltillväxt och främja kontrollerad celledöd.

Trots dessa lovande resultat är det fortfarande oklart om ett högt kostintag av naturligt förekommande fytosteroler kan minska risken för prostatacancer hos människor. Den planerade studien bygger på en prospektiv, befolkningsbaserad design med möjlighet till upp till 40 års uppföljningstid, vilket ger unika förutsättningar att studera långsiktiga samband mellan kost och risk att utveckla prostatacancer.

Ökad kunskap om hur fytosteroler i kosten påverkar risken för prostatacancer kan på sikt bidra till mer träffsäkra kostråd och förebyggande strategier. Eftersom intaget av fytosteroler relativt enkelt kan ökas genom förändrade kostvanor finns potential att minska både individuellt lidande och samhällets sjukdomsburda.