

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



**[Laboratoria](#)**  
**[.net](#)**  
**[Innowacje](#)**  
**[Nauka](#)**  
**[Technologie](#)**



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Enzym ze śliny wspomaga gospodarke cukrową

Poziom glukozy we krwi po spożyciu skrobi zależy od zdeterminowanego genetycznie stężenia amylazy ślinowej. Wyższa aktywność enzymu wiąże się z mniejszym poziomem cukru we krwi.

W zależności od poziomu amylazy, u dwóch osób mogą wystąpić bardzo różne reakcje glikemiczne na te same pokarmy skrobiowe. Ludzie z wysokim poziomem enzymu są lepiej przystosowani do jedzenia skrobi, ponieważ szybko ją trawią, utrzymując zrównoważony poziom cukru we krwi. W przypadku jednostek z niskim stężeniem amylazy jest dokładnie na odwrót. W takiej sytuacji, kontrolując indeks glikemiczny spożywanych pokarmów, ludzie powinni zwracać uwagę na [typowe dla siebie] stężenie amylazy - tłumaczy dr Abigail Mandel z Monell Center.

Wcześniejsze badania naukowców z Monell wskazywały, że osoby z większą aktywnością amylazy śliny bardzo szybko rozkładają skrobię. Wiedząc to, Amerykanie zastanawiali się, czy wstępne rozkładanie skrobi wpływa na jej trawienie i metabolizm glukozy.

W ramach najnowszego studium 48 zdrowych dorosłych podzielono na dwie grupy:

- 1) HA (od wysokich stężeń enzymu)
- 2) LA (od niskich stężeń enzymu). Wszyscy pili roztwór skrobi kukurydzianej, a później w ciągu 2 godzin pobierano im krew i analizowano pod kątem stężeń insuliny oraz glukozy.

Okazało się, że po wypiciu skrobi osoby z grupy HA miały niższy poziom cukru we krwi. Wydaje się, że to skutek wczesnego wyrzutu insuliny.

Po spożyciu skrobi ludzie z wyższym stężeniem amylazy ślinowej są w stanie utrzymać bardziej stabilny poziom glukozy we krwi. To ostatecznie zmniejsza ryzyko insulinooporności i cukrzycy typu 2. - podsumowuje dr Paul Breslin.

W przyszłości mają być przeprowadzone badania z bardziej złożonymi produktami skrobiowymi, takimi jak chleb i makaron. Choć Amerykanie zwracają uwagę przede wszystkim na amylazę ślinową, wydaje się, że chodzi raczej o współdziałanie i timing amylazy oraz insuliny.

Źródło: <http://www.naukawpolsce.pap.pl>  
<http://laboratoria.net/aktualnosc/13070.html>



23-02-2024

## [Nietypowy czerwony cydr wyprodukowano na SGGW](#)

Badacze mają nadzieję, że napój zyska popularność.



23-02-2024

## **Polskie nietoperze nie boją się blasku Księżyca**

Skąd biorą się te różnice?



23-02-2024

## **NASA: Odyseusz pomyślnie wylądował na Księżycu**

Poinformował zespół firmy.



23-02-2024

## **Dłuższy palec serdeczny to... lepsze wykorzystanie tlenu**

To z kolei ma związek z różnymi aspektami zdrowia.



23-02-2024

## Ograniczenie stosowania antybiotyków przynosi korzyści

Wynika ze wspólnego raportu europejskich agencji.



23-02-2024

## Dzięgiel chiński może wzmocnić kości

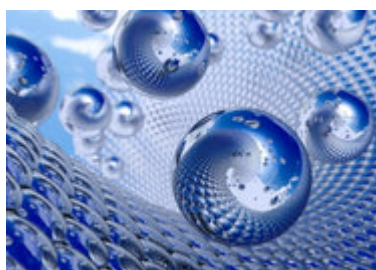
Informuje pismo „ACS Central Science”.



23-02-2024

## Kampania "Kopiuj z klasą"

Stowarzyszenie wspierające twórców naukowych rusza z kampanią.



23-02-2024

## Fizycy odkryli nową perspektywę perowskitową

Związek oparty na tytanianie sodowo-bizmutowym.

**Informacje dnia:** [Nietypowy czerwony cydr wyprodukowano na SGGW Polskie nietoperze nie boją](#)

[się blasku Księżyca NASA: Odyseusz pomyślnie wylądował na Księżycu](#) [Dłuższy palec serdeczny to... lepsze wykorzystanie tlenu](#) [Ograniczenie stosowania antybiotyków przynosi korzyści](#) [Dzięgiel chiński może wzmacniać kości](#) [Nietypowy czerwony cydr wyprodukowano na SGGW](#) [Polskie nietoperze nie boją się blasku Księżyca NASA: Odyseusz pomyślnie wylądował na Księżycu](#) [Dłuższy palec serdeczny to... lepsze wykorzystanie tlenu](#) [Ograniczenie stosowania antybiotyków przynosi korzyści](#) [Dzięgiel chiński może wzmacniać kości](#)

## **Partnerzy**