

[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](#)

Fruktoza szkodzi wątrobowom dzieci

Spożywanie fruktozy zwiększa ryzyko zachorowania na choroby wątroby u dzieci i młodzieży - informuje „Journal of Hepatology”.

Jak sugerują badania przeprowadzone przez włosko-brytyjski zespół naukowców na 271 otyłych

dzieciach i nastolatkach (średnia wieku 12,5 roku), zawarta w diecie fruktoza może zwiększać poziom kwasu moczowego w surowicy, a zarówno poziom kwasu moczowego, jak i spożycie fruktozy mogą być wyższe u osób z niealkoholową stłuszczeniową chorobą wątroby (ang. nonalcoholic fatty liver disease, NAFLD). Wydaje się, że wysoki poziom kwasu moczowego oraz duże spożycie fruktozy niezależnie przyczyniają się do zapoczątkowania i postępu niealkoholowego stłuszczeniowego zapalenia wątroby (NASH).

NAFLD – gromadzenie się dodatkowego tłuszczu w komórkach wątroby osób, które w ogóle nie piją alkoholu bądź piją go niewiele, jest uważane za najszybciej narastającą przyczynę chorób wątroby zarówno w krajach Zachodu, jak i rozwijających się. Szacuje się, że występuje nawet u 30 proc. całej populacji krajów zachodnich oraz do 9,6 proc. wszystkich dzieci i 38 proc. otyłych dzieci w całym spektrum chorób wątroby, w tym NASH (zdefiniowanym jako stłuszczenie, obrzmienie komórek wątroby oraz stan zapalny). Chociaż NASH jest mniej agresywną postacią NAFLD, u dorosłych może doprowadzić do nasilonego włóknienia i marskości wątroby, z rozwojem raka wątrobowokomórkowego.

Liczne wcześniejsze badania wykazały, że wysoki poziom kwasu moczowego ma związek z zespołem metabolicznym oraz NAFLD. Dotychczas nie badano jednak, czy stężenie kwasu moczowego w surowicy oraz konsumpcja fruktozy niezależnie wpływają na ryzyko potwierdzonego biopsją NASH (wszystkie włączone do włosko-brytyjskiego badania dzieci miały wykonaną biopsję wątroby).

Wszyscy uczestnicy wypełnili ankietę dotyczącą nawyków żywieniowych, podając, kiedy spożywali poszczególne pokarmy (śniadanie, poranna przekąska, obiad, podwieczorek, kolacja, etc.), jak często (każdego dnia tygodnia, czasami, nigdy) oraz wielkość porcji.

W przypadku dzieci i młodzieży głównymi źródłami fruktozy w diecie są napoje gazowane i inne słodzone napoje. Niemal 90 proc. z nich pije napoje gazowane i napoje bezalkoholowe raz lub kilka razy w tygodniu. Prawie 95 proc. pacjentów spożywało regularnie rano i wieczorem krakersy, pizzę i słone pokarmy, herbatniki, jogurty lub inne przekąski.

W grupie badanych pacjentów, 37,6 proc. miało NASH, a u 47 proc. pacjentów z NASH poziom kwasu moczowego był podwyższony w porównaniu z 29,7 proc. pacjentów, niemających NASH. Spożycie fruktozy było niezależnie związane z wysokim poziomem kwasu moczowego, które występowało częściej u pacjentów z NASH niż bez NASH.

Jak zaznaczają autorzy badań, wysiłki ukierunkowane na zmianę zachowań, edukację żywieniową oraz ograniczenie dostępu do napojów gazowanych i innych napojów słodzonych mogłyby zmniejszyć spożycie fruktozy w tej konkretnej populacji. Kilka krajów rozpoczęło już kampanię mającą na celu zakaz instalowania w szkołach automatów sprzedających napoje gazowane.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/26832.html>



02-07-2024

[Ekran dotykowy bez problematycznego indu](#)

Tańsze i bardziej przyjazne środowisku.



02-07-2024

[Świat atomów i cząsteczek](#)

Jak dzięki różnym metodom obrazowania zobaczyć "całego słonia"



02-07-2024

[Żyjemy w czasach multitożsamości](#)

Ekspert o mediach społecznościowych.



02-07-2024

[Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?](#)

Równość płci może mieć związek ze swobodą wyboru tego, co się je.



02-07-2024

[Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#)

Alarmuje Światowa Organizacja Zdrowia.



02-07-2024

[Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#)

Informuje "Nature".



02-07-2024

[Tancerze są mniej neurotyczni niż ogół populacji](#)

Jednocześnie są bardziej ugodowi i ekstrawertyczni.



02-07-2024

Rząd planuje, aby minister mógł odwołać dyrektora NCBR

Dyrektor Narodowego Centrum Badań i Rozwoju będzie mógł zostać odwołany.

Informacje dnia: [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?](#) [Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?](#) [Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?](#) [Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#)

Partnerzy