

### [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](#)

## Olej rzepakowy korzystny dla diabetyków



**Bogaty w kwas alfa-linolenowy olej rzepakowy pomaga obniżyć poziom glukozy we krwi u osób cierpiących na cukrzycę typu 2 - wynika z analizy opublikowanej w piśmie "Diabetes Care".**

W badaniach przeprowadzonych przez naukowców z Uniwersytetu Toronto (Kanada) wzięło udział 141 diabetyków, którzy przyjmowali leki obniżające poziom glukozy we krwi. Żaden z badanych nie palił, nie nadużywał alkoholu ani nie miał zdiagnozowanych chorób serca, zaburzeń pracy wątroby czy nowotworu.

Uczestników podzielono na dwie grupy. Pierwsza spożywała każdego dnia 4,5 kromki chleba pełnoziarnistego wzbogaconego olejem rzepakowym. Osoby te poproszono, by podczas okresu obserwacji wybierały produkty o niskim indeksie glikemicznym. Druga grupa codziennie konsumowała 7,5 kromki chleba pełnoziarnistego bez dodatku oleju rzepakowego (ekwiwalent kaloryczny) oraz unikała produktów z białej mąki.

Po upływie trzech miesięcy w obu grupach odnotowano spadek poziomu glukozy we krwi, przy czym był on 1,5-krotnie większy w przypadku osób spożywających chleb wzbogacony olejem rzepakowym. Wyraźniejszy był również spadek ryzyka chorób serca.

"Co ciekawe, na zmianie diety w największym stopniu skorzystali pacjenci, którzy najbardziej tego potrzebowali, tj. osoby o większym obwodzie w talii i z nadciśnieniem" - mówi autor badań dr David Jenkins.

<http://laboratoria.net/aktualnosci/21765.html>



28-05-2024

## **Drżące nanorurki**

Właściwości zależą m.in. od tego, w jaki sposób struktury te wibrują.



28-05-2024

## **Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu**

Informuje "Nature".



28-05-2024

## **ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA**

W roku 2022 dzieci z diagnozą ADHD było o milion więcej niż w roku 2016.



28-05-2024

## [Testy na obecność HPV](#)

Co osiem lat równie skuteczne, co regularna cytologia.



28-05-2024

## [Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów GMO](#)

Przeznaczonych do walki z malarią.



28-05-2024

## [Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku](#)

Niektóre gatunki owadów są w stanie zjadać plastik.



28-05-2024

## [Terapia daremna przedłuża cierpienie, przedłuża agonię](#)

Terapia daremna nie jest w stanie pomóc pacjentowi.



28-05-2024

## [Widzimy eskalację zaburzeń związanych ze stresem](#)

Szeroko rozumianych lękowo-depresyjnych.

**Informacje dnia:** [Drżące nanorurki](#) [Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu](#) [ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA](#) [Testy na obecność HPV](#) [Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów GMO](#) [Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku](#) [Drżące nanorurki](#) [Naukowcy znaleźli sposób na recykling betonu](#) [ADHD zdiagnozowano u co dziewiątego dziecka w USA](#) [Testy na obecność HPV](#) [Do środowiska trafiło ponad 1 mld komarów GMO](#) [Może to owady uratują nas przed zwałami plastiku](#)

**Partnerzy**