

[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](#)

Spżycie fruktozy ma związek ze stłuszczeniem wątroby

Spżycie płynów zawierających fruktozę zwiększa zagrożenie stłuszczeniem wątroby przy diecie wysokotłuszczowej - informuje pismo „Molecular Nutrition and Food Research”.

Fruktoza jest cukrem prostym (monosacharydem) powszechnie występującym w owocach. To również jeden z najczęściej stosowanych słodzików w przemyśle spożywczym. Według nowego badania, wpływ fruktozy na zwiększenie syntezy kwasów tłuszczowych w wątrobie ma większe znaczenie niż przyjmowanie tłuszczów z diety.

"W przypadku diety wysokotłuszczowej, której towarzyszy spożywanie fruktozy w postaci płynnej, monosacharyd ten jest w stanie wywołać wzrost lipogenezy de novo, czyli tworzenia tłuszczów z cukrów, oraz zahamować utlenianie lipidów w wątrobie" - mówi profesor Juan Carlos Laguna.

Zespół prof. Laguny prowadził badania na mysim modelu przy współpracy naukowców z Instytutu Biomedycyny w Barcelonie (IBUB), Centrum Badań Biomedycznych Fizjopatologii Otyłości i Sieci Żywienia (CIBEROBN), Instytutu Badań Medycznych Hospital del Mar (IMIM) oraz MELIS-Pompeu Fabra University.

Kilka badań epidemiologicznych powiązało spożywanie napojów słodzonych fruktozą z niealkoholową stłuszczeniową chorobą wątroby (NAFLD), patologią, dla której nie ma specyficznej terapii farmakologicznej. U tych pacjentów lipogeneza de novo przyczynia się do 30 proc. lipidów gromadzonych w wątrobie, natomiast u osób zdrowych synteza ta dostarcza tylko 5 proc. lipidów wątrobowych.

Jak podkreślają autorzy, stłuszczenie wątroby jest punktem wyjścia do poważniejszych patologii, takich jak stłuszczeniowe zapalenie wątroby i marskość. Samo w sobie jest patologią praktycznie bezobjawową, chociaż w niektórych przypadkach mogą pojawić się łagodne, niespecyficzne zaburzenia trawienia. Oprócz przestrzegania zdrowej diety i aktywności fizycznej nie ma na razie skutecznego leczenia tej patologii.

Efekty opisane w badaniu można zaobserwować tylko wtedy, gdy fruktoza jest przyjmowana w postaci płynnej.

Jeśli chodzi o napoje słodzone, fruktoza jest szybko wchłaniana i w dużej ilości dociera do wątroby, powodując opisane zmiany metaboliczne. Autorzy mówią wręcz o przedawkowaniu tego monosacharydu w przypadku słodzonych napojów.

Jednak gdy jemy owoce, ilość przyjmowanej fruktozy jest dużo mniejsza w porównaniu do słodzonego napoju. Również proces żucia i obecność w owocach składników takich jak błonnik, spowalnia wchłanianie fruktozy i jej dotarcie do wątroby - konkludują autorzy.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/31176.html>



23-12-2024

Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgage



23-12-2024

[Radioaktywny pluton się nie ukryje](#)

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

[Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

[Polacy są umiarkowanie prospołeczni](#)

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

Informacje dnia: [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Partnerzy