

[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>
<https://laboratoria.net/aktualnosci/13070.html>



21-05-2026

[Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#)

Resort nauki udostępnił go.



21-05-2026

Kleszcz to tylko pośrednik

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków.



21-05-2026

Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy

W ciągu 8 lat przeżywalność pacjentów z tym nowotworem wzrosła o 20 proc.



21-05-2026

Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk

Bez zapylaczy nie ma części produkcji żywności.



21-05-2026

Powstała niewidzialna elektroda dla

podczerwieni

Elektrodę, która przepuszcza aż 94 proc. promieniowania podczerwonego.



21-05-2026

Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego

To wynik badania, w którym brało ponad tysiąc par matka-dziecko.



21-05-2026

Problemy ze snem związane z ryzykiem choroby Alzheimera u kobiet

Informuje „Journal of Prevention of Alzheimer's Disease”.



21-05-2026

Zespół policystycznych jajników zmienił nazwę

Informuje "The Lancet".

Informacje dnia: [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz to tylko pośrednik Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz to tylko pośrednik Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz to tylko pośrednik Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

Partnerzy