

[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 gospodarkę 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>



30-03-2026

[Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia](#)

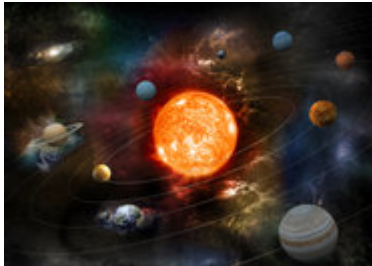
Przyznał je 402 osobom.



30-03-2026

[Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy...](#)

Aby chronić pisklęta przed pasożytami.



30-03-2026

[Kierownik wyprawy polarnej](#)

Zmiany klimatu widać gołym okiem.



30-03-2026

[Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#)

Informuje pismo „Nature Photonics”.



30-03-2026

[Duże teleskopy sfotografowały dwie](#)

[formujące się planety](#)

Ogłosiło Europejskie Obserwatorium Południowe (ESO).



30-03-2026

[Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

Informuje pismo „Applied and Environmental Microbiology”.



30-03-2026

[Rękawiczki mogą zawyżać wyniki pomiarów mikroplastiku](#)

Informuje specjalistyczne pismo „Analytical Methods”.



30-03-2026

[Problem dezinformacji medycznej będzie narastał](#)

Szkolenia na UMB dla przyszłych lekarzy

Informacje dnia: [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

Partnerzy