

[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](#)

Drastyczna dieta cofa cukrzycę

Odpowiednią dietą można cofnąć rozwój cukrzycy typu 2, co wydawało się dotąd niemożliwe. Trzeba jednak schudnąć 10-15 kg - wykazały badania opublikowane przez „Lancet”.

Prof. Roy Taylor z Newcastle University od kilku lat przekonuje, że skuteczną metodą leczenia

cukrzycy dorosłych (typu 2) jest dieta niskokaloryczna nieprzekraczająca 600-700 kalorii dziennie. W ten sposób można cofnąć rozwój tej choroby, czego na ogół nie udaje się przy użyciu leków.

Potwierdzają to najnowsze badania, którymi objęto ponad 300 osób, mających zdiagnozowaną chorobę od 6 lat. Przeprowadzili je specjaliści z Newcastle University oraz Glasgow University. (DOI: [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)33102-1](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(17)33102-1))

Część ochotników poddana została kuracji dietetycznej, a pozostali otrzymywali leki przeciwcukrzycowe najnowszej generacji. Dieta polegała na spożywaniu jedynie płynnych, gotowych zestawów przez pięć miesięcy.

Główny autor badania prof. Mike Lean z Glasgow University twierdzi, że u 86 proc. pacjentów, którzy schudli 15 kg, cukrzyca się cofnęła. Taki sam efekt uzyskano u zaledwie 4 proc. chorych leczonych farmakologicznie. U tych osób, które były na diecie odchudzającej, po roku choroba nadal była w remisji.

Prof. Roy Taylor podkreśla w wypowiedzi dla „BBC News”, że przed przeprowadzeniem tych badań cukrzycę uznawano za chorobę, której nie można cofnąć, kiedy już zacznie się rozwijać. Jedyne, co można zrobić to ją kontrolować lekami, by zmniejszyć ryzyko powikłań, takich jak choroba sercowo-naczyniowa, utrata wzroku czy przewlekła niewydolność nerek.

Diabetolodzy nie uważają jednak, że kuracja odchudzająca jest w stanie wyleczyć cukrzycę, ponieważ może ona powrócić jak tylko chory przestanie przestrzegać diety. Niektórym pacjentom udaje się jednak zachować prawidłową masę ciała.

Prof. Taylor jest przekonany, że niskokaloryczna dieta może zrewolucjonizować leczenie cukrzycy typu 2. „Drastyczna kuracja odchudzająca redukuje tkankę tłuszczową wokół wątroby i trzustki, co przywraca tym narządom normalne funkcjonowanie” - przekonuje w wypowiedzi dla dziennika „Guardian”.

Zdaniem specjalisty, działanie kuracji odchudzającej nie polega na tym, że dzięki obniżeniu masy ciała można lepiej kontrolować cukrzycę. Chodzi o to, że doprowadza ona do jej remisji.

„BBC News” podaje przykład 65-letniej Isobel Murray z Largs w North Ayrshire, która przez 17. tygodni przestrzegała reżimu drastycznej kuracji odchudzającej. Schudła aż 25 kg i od tego czasu minęły dwa lata, ale nadal utrzymuje prawidłową masę ciała i nie wymaga zażywania leków przeciwcukrzycowych.

Dr Elizabeth Robertson z Diabetes UK twierdzi, że dieta zaproponowana przez brytyjskich specjalistów może pomóc milionom ludzi na świecie. W Wielkiej Brytanii na leczenie cukrzycy co roku przeznaczają się 10 mld funtów.

Z badań przedstawionych podczas konferencji Europejskiego Stowarzyszenia Badań nad Cukrzycą (EASD), które odbyło się we wrześniu 2017 r. w Lizbonie wynika, że aż o 12 lat krócej żyją diabetycy, u których doszło już do powikłań sercowo-naczyniowych, grożących zawałem serca i udarem mózgu.

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) w 1980 r. było na świecie 108 mln chorych na cukrzycę, a w 2014 ich liczba zwiększyła się do 422 mln. W Europie na cukrzycę choruje już 60 mln ludzi, czyli 9,2 proc. populacji. W Polsce choruje 2,9 mln osób.

Autor: Zbigniew Wojtasiński

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/27988.html>



15-06-2026

Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln zł

Fundacja na rzecz Nauki Polskiej (FNP) ogłosiła listę .



15-06-2026

Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki

Do 21 sierpnia trwa nabór na studia podyplomowe "Komunikacja naukowa i popularyzacja nauki".



15-06-2026

Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki

W polskim finale konkursu FameLab.



15-06-2026

Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność

Oraz wycofanie z relacji społecznych.



15-06-2026

Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku

Może skracać sen lub utrudniać zasypianie.



15-06-2026

Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków

Wskazał w rozmowie z PAP psycholog dr Michał Kosakowski z UAM.



15-06-2026

Nieufność wobec szczepień ma źródła psychologiczne

Szczepienia są jednym z najskuteczniejszych narzędzi ochrony zdrowia publicznego.



15-06-2026

Prof. Agnieszka Chacińska z Nagrodą Polskiej Akademii Nauk

Biołożka molekularna i dyrektorka Międzynarodowego Instytutu PAN

Informacje dnia: [Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln zł](#) [Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#) [Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki](#) [Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność](#) [Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku](#) [Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków](#) [Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln zł](#) [Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#) [Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki](#) [Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność](#) [Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku](#) [Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków](#) [Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln zł](#) [Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#) [Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki](#) [Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność](#) [Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku](#) [Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków](#)

Partnerzy