

### [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.

Źródło: [www.pap.pl](http://www.pap.pl)

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



09-04-2026

## [Światło uwięzione w ultracienkiej siatce](#)

Ten wynik otwiera drogę do nowych, płaskich elementów fotonicznych.



09-04-2026

## [Przełom w leczeniu schorzeń układu ruchu](#)

Będzie można regenerować kości i stawy



09-04-2026

## [WAT z nowymi pracowniami dla Instytutu Radioelektroniki](#)

Otrzymał nowy budynek z pracowniami i aulą dla studentów.



09-04-2026

## **Ponowna analiza danych naukowych może przynieść zupełnie inne wyniki**

Dwie trzecie z nich wyciąga inne wnioski.



09-04-2026

## **Antybiotykooporność jednym z największych zagrożeń zdrowia publicznego**

Bakterie rozprzestrzeniają się nie tylko w szpitalach.



09-04-2026

## **Naukowcy pracują nad biosyntetycznym supermikrobiomem p**

Przydatnym w leczeniu wielu schorzeń, jak choroby nowotworowe i autoimmunologiczne.



09-04-2026

# Bez podstawowej wiedzy o roślinach

Wprowadzamy coraz więcej gatunków obcych inwazyjnych.



30-03-2026

## Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia

Przyznał je 402 osobom.

**Informacje dnia:** [Światło uwięzione w ultracienkiej siatce Przełom w leczeniu schorzeń układu ruchu WAT z nowymi pracownikami dla Instytutu Radioelektroniki](#) [Ponowna analiza danych naukowych może przynieść zupełnie inne wyniki](#) [Antybiotykooporność jednym z największych zagrożeń zdrowia publicznego](#) [Naukowcy pracują nad biosyntetycznym supermikrobiomem p](#) [Światło uwięzione w ultracienkiej siatce Przełom w leczeniu schorzeń układu ruchu WAT z nowymi pracownikami dla Instytutu Radioelektroniki](#) [Ponowna analiza danych naukowych może przynieść zupełnie inne wyniki](#) [Antybiotykooporność jednym z największych zagrożeń zdrowia publicznego](#) [Naukowcy pracują nad biosyntetycznym supermikrobiomem p](#)

**Partnerzy**