

[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](#)

Cukier sprzyja chorobom nawet u zdrowych osób



Na wywołane dużą ilością cukru uszkodzenie układu krążenia szczególnie narażone są osoby z niealkoholową stłuszczeniową chorobą wątroby. Jednak dieta bogata w cukier zagraża tętnicom także u ogólnie zdrowych, młodych osób.

Jeśli ktoś chce mieć zdrowe serce, powinien unikać cukru - wynika z pracy naukowców z University of Surrey, opublikowanej na łamach pisma „Clinical Science”.

Badacze obserwowali dwie grupy mężczyzn - z normalnym poziomem tłuszczu w wątrobie oraz z jego podwyższoną ilością przy niealkoholowej stłuszczeniowej chorobie wątroby (nonalcoholic fatty liver disease - NAFLD).

Ochotnicy z obu grup zostali jeszcze podzieleni według diety. Część z nich przez 12 tygodni spożywała ilość cukru odpowiadającą 140 kaloriom dziennie (zalecana dawka), a część aż 650 kaloriom.

Badanie pozwoliło wyciągnąć kilka alarmujących wniosków. Osoby z NAFLD miały groźną dla tętnic zaburzoną gospodarkę lipidową przy obu dietach, jednak duża ilość cukru dodatkowo im szkodziła. Okazało się przy tym, że pod niektórymi względami zmiany metabolizmu u zdrowych mężczyzn na cukrowej diecie przypominały te, jakie zaszły pod wpływem cukru u osób z NAFLD.

„Nasze wyniki dostarczają nowych dowodów na to, że spożycie dużych ilości cukru może zmienić metabolizm tłuszczu w sposób, który zwiększa ryzyko chorób serca” - mówi prof. Griffin z University of Surrey.

Ze względu na złe nawyki szczególnie zagrożone są młode osoby. „Podczas gdy większość dorosłych nie konsumuje cukru w takich ilościach, jakich użyliśmy w tym badaniu, niektóre dzieci oraz młodzież może osiągać taki poziom spożycia cukru przez zbyt intensywną konsumpcję gazowanych napojów i słodczy” - tłumaczy naukowiec.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl
<http://laboratoria.net/aktualnosci/27779.html>



24-09-2024

[Migrena to choroba - można ją leczyć](#)

Migrena to poważna choroba neurologiczna.



24-09-2024

Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na teżec

Szczepionki powinny być dostępne bezpłatnie w placówkach.



24-09-2024

I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach

Będzie współpracowała na rzecz doskonalenia jakości kształcenia.



24-09-2024

Będzie kolejna edycja maratonu programistów

Zgłoszenia do 7 października.



24-09-2024

Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce

Od 29 września do 25 listopada.



24-09-2024

Astma oskrzelowa spowodziową konsekwencją

Powiedział PAP prof. Bolesław Samoliński, alergolog.



24-09-2024

SpaceX planuje wystrzelenie 5 bezzałogowych misji na Marsa

Ma się to odbyć w ciągu dwóch lat.



24-09-2024

Potrzebne są globalne ustalenia odnośnie mikroplastiku

Okazją do działania może być przygotowywany przez ONZ traktat.

Informacje dnia: [Migrena to choroba - można ją leczyć](#) [Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#) [Będzie kolejna edycja maratonu programistów](#) [Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce](#) [Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#) [Migrena to choroba - można ją leczyć](#) [Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach](#) [Będzie kolejna edycja maratonu programistów](#) [Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce](#) [Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#)

Partnerzy