

[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](#)

Spżycie fruktozy ma związek ze stłuszczeniem wątroby

Spżycie płynów zawierających fruktozę zwiększa zagrożenie stłuszczeniem wątroby przy diecie wysokotłuszczowej - informuje pismo „Molecular Nutrition and Food Research”.

Fruktoza jest cukrem prostym (monosacharydem) powszechnie występującym w owocach. To również jeden z najczęściej stosowanych słodzików w przemyśle spożywczym. Według nowego badania, wpływ fruktozy na zwiększenie syntezy kwasów tłuszczowych w wątrobie ma większe znaczenie niż przyjmowanie tłuszczów z dietą.

"W przypadku diety wysokotłuszczowej, której towarzyszy spożywanie fruktozy w postaci płynnej, monosacharyd ten jest w stanie wywołać wzrost lipogenezy de novo, czyli tworzenia tłuszczów z cukrów, oraz zahamować utlenianie lipidów w wątrobie" - mówi profesor Juan Carlos Laguna.

Zespół prof. Laguny prowadził badania na mysim modelu przy współpracy naukowców z Instytutu Biomedycyny w Barcelonie (IBUB), Centrum Badań Biomedycznych Fizjopatologii Otyłości i Sieci Żywienia (CIBEROBN), Instytutu Badań Medycznych Hospital del Mar (IMIM) oraz MELIS-Pompeu Fabra University.

Kilka badań epidemiologicznych powiązało spożywanie napojów słodzonych fruktozą z niealkoholową stłuszczeniową chorobą wątroby (NAFLD), patologią, dla której nie ma specyficznej terapii farmakologicznej. U tych pacjentów lipogeneza de novo przyczynia się do 30 proc. lipidów gromadzonych w wątrobie, natomiast u osób zdrowych synteza ta dostarcza tylko 5 proc. lipidów wątrobowych.

Jak podkreślają autorzy, stłuszczenie wątroby jest punktem wyjścia do poważniejszych patologii, takich jak stłuszczeniowe zapalenie wątroby i marskość. Samo w sobie jest patologią praktycznie bezobjawową, chociaż w niektórych przypadkach mogą pojawić się łagodne, niespecyficzne zaburzenia trawienia. Oprócz przestrzegania zdrowej diety i aktywności fizycznej nie ma na razie skutecznego leczenia tej patologii.

Efekty opisane w badaniu można zaobserwować tylko wtedy, gdy fruktoza jest przyjmowana w postaci płynnej.

Jeśli chodzi o napoje słodzone, fruktoza jest szybko wchłaniana i w dużej ilości dociera do wątroby, powodując opisane zmiany metaboliczne. Autorzy mówią wręcz o przedawkowaniu tego monosacharydu w przypadku słodzonych napojów.

Jednak gdy jemy owoce, ilość przyjmowanej fruktozy jest dużo mniejsza w porównaniu do słodzonego napoju. Również proces żucia i obecność w owocach składników takich jak błonnik, spowalnia wchłanianie fruktozy i jej dotarcie do wątroby - konkludują autorzy.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/31176.html>



09-09-2024

[Jak poradzić sobie z końcem wakacji?](#)

Dobrym sposobem jest opracowanie planu na „po urlopie”.



09-09-2024

Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne

Wytyczne dotyczące mpox są adekwatne do obecnej sytuacji.



09-09-2024

Przydatność organów do przeszczepu

Syntetyczna krew może istotnie wpłynąć na transplantologię.



09-09-2024

Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych

Język ewoluuje w kontekście społecznym, a jego odmiany zawsze konkurują ze sobą.



09-09-2024

Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu

Wykazują naukowcy w najnowszych badaniach.



09-09-2024

Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet

Z 30-letnim wyprzedzeniem zwykłym testem krwi można je wykryć.



09-09-2024

Galaktyki są dużo większe, niż sądzono

Galaktyka Andromedy już od dawna oddziałuje na Drogę Mleczną.



09-09-2024

System inteligentnego zarządzania pojazdami nagrodzony przez...

Nagrodzony przez Siemens i PW.

Informacje dnia: [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#)

Partnerzy