

Vliv sladové tyčinky Slad star na postprandiální glykemie u diabetiků.

Úvod:

Při hodnocení potraviny u diabetiků je důležitý nejen obsah sacharidů, ale také rychlost jejich vstřebávání. Ta je vyjádřena glykemickým indexem /dále GI/. Čím je GI nižší, tím nižší jsou postprandiální /dále PP/ glykemie a glykemická zátěž. GI se stanovuje jako poměr hyperglykemisujícího účinku dané potraviny a čisté glukosy. Má velkou interindividuální variabilitu, u jedince je však poměrně stálý. Předmětem hodnocení byla 30g tyčinka složená z ječného sladu, kakaa a neztuženého rostlinného tuku. Z celkové hmotnosti tyčinky činí tuky 11,7 gramů. Její energetická hodnota je 327 kJ.

Metodika:

43 diabetikům bez výběru, tak jak postupně přicházeli na vyšetření na diabetologickou ambulanci byla podána Sladová tyčinka, z toho 18 nalačno a 35 v průběhu dne- mezi hlavními jídly. Glykemie byla vyšetřena za 2 hod. po požití tyčinky z kapilární krve glukometrem OneTouchUltra.

Výsledky:

Ve skupině nalačno byly proti hodnotám výchozím vzestupy glykemií u 9 pacientů od 0,5 do 1,5 mmol/l, prům. 0,8 mmol/l, poklesy u 6 pacientů od 0,2 do 1,7 mmol/l, prům. 0,9 mmol/l.

Ve skupině v průběhu dne – mezi hlavními jídly- byly proti hodnotám výchozím vzestupy u 6 pacientů od 0,1 do 2,9 mmol/l, prům. 1,2mmol/l, **poklesy u 18 pacientů od 0,4 do 6,2 mmol/l, prům. 2,8 mmol/l, u jednoho zůstaly glykemie stejné.** Max. pokles byl u DMTI na intenzifikovaném insulinovém režimu z 11,1 na 4,9 mmol/l. Celkem byly poklesy glykemií u 24 pacientů, tj. v 60%

o - 1,8 mmol/l, vzestupy u 16 pacientů, tj. ve 40% o +1 mmol/l Výchozí glykemie se pohybovaly u jednotlivých pacientů od 4,2 do 15,2 mmol/l, prům. v celém souboru 8,4 mmol/l

Diskuse:

Z našich výsledků vyplývá, že tyčinka nezatěžuje organismus většími vzestupy glykemie, u většiny došlo naopak k jejímu poklesu. Z toho lze usuzovat, že její glykemická zátěž a GI jsou nízké /GI menší jak 50/. Přímé stanovení GI je náročné a přesahovalo naše současné možnosti. Vyšetřování PP glykemií považujeme v tomto případě za praktické a dostačující. Energetická zátěž tyčinky je přiměřená, vypočtená je nižší, než deklarovaná //prof. Dr. Svačina, DrSc., Diabetologie, Triton 2010, s. 45: 5 gr. průmysl. tuku = 140 kJ/ Vysoký GI maltosy, hlavní složky sladu, účinně snižují další komponenty, jak je doloženo výsledky. Vitaminy B,C,E, peptidy, minerály a antioxidanty v ní obsažené mohou mít ochranný vliv na tepny koronární, mozkové a končetinové. Další pozitivní efekt přinese plánované přidání vlákniny.

Závěry:

Tyčinka postprandiální glykemie významněji nezvyšuje.

Z toho nepřímo plyne, že její glykemická zátěž a GI jsou nízké.

Může mít ochranný vliv na tepny srdeční, mozkové a končetinové.

Její energetická hodnota je přiměřená.

Je vhodná i pro diabetiky.

MUDr. Lubomír Oliva, ambulance interní a diabetologická, Brněnská 9, Hustopeče u Brna

IČ: 36358355, IČ DPH: SK2022182228

Bankové spojení: ČSOB a. s., Senica: 4003607850/7500 EUR, 4004645445/7500 EUR, 4003607885/7500 CZK

Bankové spojení: ČSOB a. s., Břeclav: 225614951/0300 EUR, 212229296/0300 CZK

Společnost je zapsaná u Okresného soudu v Trnavě, zoznam výpisov č. AD-3197/2006, vložka číslo 18477/T