

عنوان مقاله:

بررسی نمایه گلیسمی عسل بدون موم منطقه آذربایجان ایران

محل انتشار:

دانشور پزشکی (نشریه پژوهشی پایه و بالینی)، دوره 15، شماره 5 (سال: 1387)

تعداد صفحات اصل مقاله: 4

نویسندگان:

دکتر احمد افاقی

دکتر مجید سیرتی ثابت

مهدی سهمانی

فرهاد خباز

علی بیگدلو

خلاصه مقاله:

مقدمه: نمایه گلیسمی نشان دهنده افزایش قند خون بعد از مصرف مواد غذایی در مقایسه با گلوکز یا نان سفید است. این نمایه بین صفر برای مواد غذایی بدون کربوهیدرات و ۱۰۰ برای گلوکز در نوسان است. هم مقدار و هم نوع کربوهیدرات در پاسخ به افزایش قند خون موثر است و این پدیده در تغذیه بیماران دیابتی و تاثیر آن بر مقاومت انسولینی افراد سالم در درازمدت حایز اهمیت است. نمایه گلیسمی، دو مقدار مساوی از کربوهیدرات را مقایسه می کند و در واقع، کیفیت قندها را می سنجد، نه کمیت آن ها را. هدف: تعیین نمایه گلیسمی عسل بدون موم ایران (منطقه آذربایجان). مواد و روش ها: نمونه خون افراد مورد مطالعه (هشت نفر) پس از ۱۲ ساعت ناشتا بودن در ساعت ۸ صبح گرفته شد. سپس بعد از خوردن ۵۰ گرم کربوهیدرات غذای استاندارد (۵۰ گرم گلوکز) و بار دیگر ۶۱ گرم عسل تهیه شده از یکی از شرکت های مواد غذایی (معادل ۵۰ گرم کربوهیدرات غذای مورد آزمایش) نمونه خون افراد به فواصل ۳۰، ۶۰، ۹۰ و ۱۲۰ دقیقه بعد گرفته شد. میزان قند نمونه ها با استفاده از روش گلوکز اکسیداز اندازه گیری گردید. یافته ها: سطح زیر منحنی ها به ترتیب برابر ۱۲۹۴ و ۵/۸۴۷ واحد بود که بر این اساس، میزان نمایه گلیسمی عسل بدون موم منطقه آذربایجان ایران برابر ۶۵ محاسبه شد. نتیجه گیری: عسل بدون موم ایران با نمایه گلیسمی ۶۵ دارای نمایه گلیسمی متوسط است و می تواند در تغذیه روزانه جانشین مواد غذایی دارای نمایه گلیسمی بالا گردد

کلمات کلیدی:

نمایه گلیسمی، عسل بدون موم، گلوکز، مقاومت انسولینی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1426461>

