

开心果对孕期餐后血糖应答的 随机、交叉、对照研究

主要研究者

葛声 医学博士 主任医师

上海交通大学附属第六人民医院临床营养科主任



GIGT (妊娠期糖耐量异常人群)

全麦面包和开心果对GIGT孕妇餐后血糖的影响

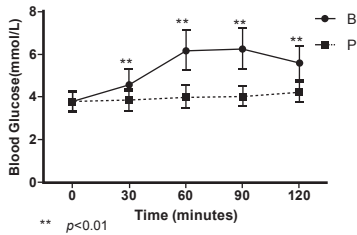


表1 摄入全麦面包及开心果后餐后2小时血糖水平变化

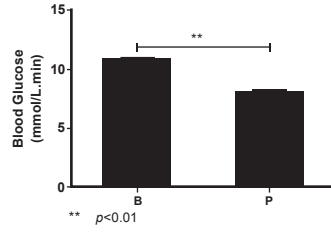


表2 GIGT孕妇摄入全麦面包及开心果后餐后2小时血糖曲线下增值面积比较

摄入全麦面包及开心果对GIGT孕妇餐后胰岛素分泌的影响

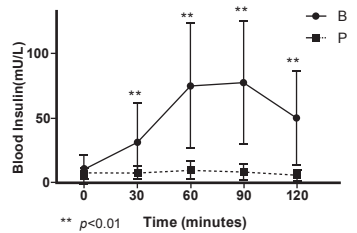


表3 GIGT孕妇摄入全麦面包和开心果后餐后2小时血清胰岛素水平的变化情况

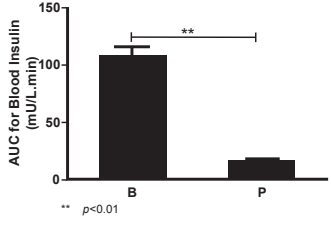


表4 GIGT孕妇摄入全麦面包及开心果后餐后2小时胰岛素曲线增值面积比较

全麦面包及开心果对GIGT孕妇GLP-1的作用

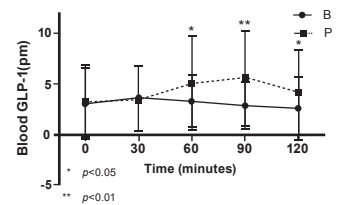


表5 GIGT组摄入全麦面包和开心果后2小时内GLP-1水平的变化

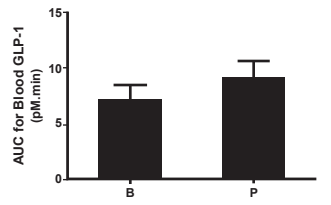


表6 GIGT组摄入全麦面包和开心果后120分钟内GLP-1曲线下增值面积比较

GDM (妊娠期糖尿病人群)

全麦面包和开心果对GDM孕妇血糖的影响作用

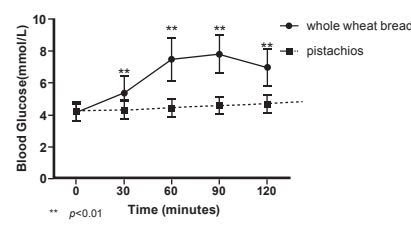


表7 GDM孕妇摄入全麦面包和开心果2小时内血糖水平的变化

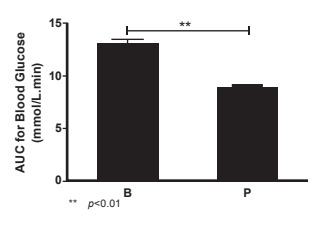


表8 GDM孕妇摄入全麦面包和开心果后120分钟内曲线下增值面积比较

全麦面包及开心果对GDM孕妇胰岛素的影响作用

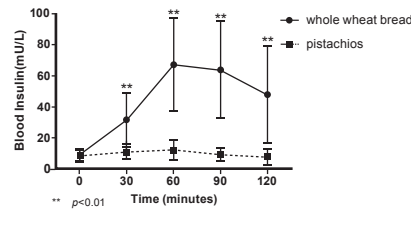


表9 GDM孕妇摄入全麦面包和开心果后2小时内胰岛素水平的变化

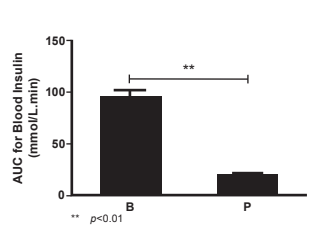


表10 GDM孕妇摄入全麦面包和开心果后120分钟内胰岛素分泌曲线下增值面积比较

GDM孕妇摄入全麦面包和开心果对GLP-1的影响作用

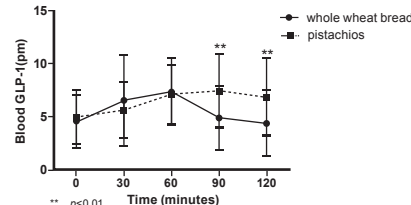


表11 GDM孕妇摄入全麦面包和开心果后2小时内GLP-1水平变化

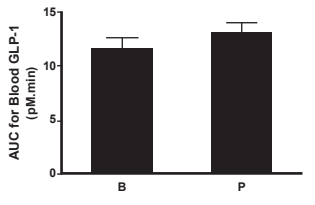


表12 GDM孕妇摄入全麦面包和开心果后120分钟内GLP-1曲线下增值面积比较

该项研究告诉我们

妊娠期糖尿病越来越受到人们的普遍关注，据估计，全球范围内妊娠期糖尿病患病率约为9.8-25.5%。孕期血糖的升高不但影响母亲的健康，也增加了宝宝将来患糖尿病的风险。该项研究显示，孕期摄入开心果不但可以给母亲和宝宝提供丰富的营养，同时也有助于帮助糖代谢异常孕妇餐后血糖水平控制。

✓ 摄入开心果后每一检测时间点餐后血糖水平均显著低于全麦面包。

✓ 摄入开心果后血糖仅比基线水平升高一点点。

✓ 开心果是孕期糖耐量异常和妊娠期糖尿病孕妇的健康零食。



葛声 主任

主要研究者

主任医师,上海交通大学附属第六人民医院临床营养科主任

葛声主任擅长各种疾病的营养治疗,包括糖尿病、肾脏疾病及肥胖等。学术任职上海营养学会理事、中国营养学会理事、中国医师协会营养医师专委会副主任委员、中华医学会科普分会委员。



李兆平 教授

医学教授,洛杉矶加州大学医学院人类营养中心主任,洛杉矶加大里根医学中心临床营养科主任。

李兆萍教授的主要研究领域是肥胖的治疗和预防,研究营养、植物化学物以及植物性膳食补充剂在预防和治疗代谢性疾病、常见肿瘤和心血管疾病中的作用。她在学术期刊上发表了150多篇的论文。