



مقاومت در برابر انسولین، نتیجه مصرف بی‌رویه مواد غذایی حاوی شیرین‌کننده‌های مصنوعی

رئیس انجمن دیابت ایران گفت: «مواد غذایی بدون قند که حاوی شیرین‌کننده‌های مصنوعی با کالری بالا هستند، باعث افزایش وزن و چاقی و مقاومت در برابر انسولین می‌شوند.»

سلامت‌نیوز: رئیس انجمن دیابت ایران گفت: «#171; مواد غذایی بدون قند که حاوی شیرین‌کننده‌های مصنوعی با کالری بالا هستند، باعث افزایش وزن و چاقی و مقاومت در برابر انسولین می‌شوند.»

دکتر اسداله رجب در گفتگو با خبرنگار سلامت نیوز، اظهار داشت: «#171; افراد دیابتی نباید در مصرف شیرین‌کننده‌های مصنوعی زیاده‌روی کنند زیرا مصرف زیاد این مواد باعث اسهال، ناراحتی‌های گوارشی می‌شود ولی در حد اعتدال عارضه‌ای ندارد.»

وی افزود: «#171; مصرف 3 عدد قرص شیرین‌کننده در روز مشکلی ایجاد نمی‌کند و افرادی که بدون چایی شیرین نمی‌توانند صبحانه بخورند می‌توانند از این قرص‌ها استفاده کنند ولی به طور کلی خوردن آنها توصیه نمی‌شود.»

رئیس انجمن دیابت ایران با بیان اینکه، مصرف نوشابه ضد قندی برای افراد دیابتی توصیه نمی‌شود، تصریح کرد: «#171; بسیاری از افراد دیابتی به خیال اینکه از مواد غذایی نظیر کیک، شیرینی شکلات های بدون قند حاوی شیرین‌کننده‌های مصنوعی بدون ضرر هستند بی‌رویه این مواد را مصرف می‌کنند.»

دکتر رجب خاطر نشان کرد: «#171; مواد غذایی ضد قند حاوی شیرین‌کننده‌های مصنوعی کالری بالایی دارند و باعث افزایش وزن و چاقی می‌شوند و تنها ضد قند بودن برای مصرف کافی نیست، چاقی یکی از عوامل تشدید کننده دیابت است و مصرف بالای محصولات غذایی حاوی شیرین‌کننده‌های مصنوعی باعث افزایش قند خون بیماران دیابتی و مقاومت در برابر انسولین می‌شود.»