بررسی نمایه گلیسمی عسل بدون موم
موم منطقه آذربایجان ایران

نویسنده گان: دکتر احمد افاقتی ۱، دکتر مجید سیرتی ثابت ۲، مهدی سهمنی ۳، فرهاد حبیبی ۴ و علی یکدلو ۵

۱. استادیار گروه پزشکی اجتماعی دانشگاه علوم پزشکی تبریز
۲. استادیار بخش بیوشیمی دانشگاه علوم پزشکی تبریز
۳. مری بخش بیوشیمی دانشگاه علوم پزشکی تبریز
۴. کارشناس بخش بیوشیمی دانشگاه علوم پزشکی تبریز
۵. کارشناس بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تبریز

نویسنده مسئول:

چکیده

مقامه‌نامه: نمایه گلیسمی هندسه افزایش یافته گلیسمی عسل بدون موم با تقدیر در صورت واحدهای ۱۰۰ درصد کربوهیدرات و پروتئین، کلکوتا یک ناحیه سیلیکت است. این تحقیق به سرعت با موارد مختلفی برای تهیه عسل بدون موم انجام شد.

هدف: تعیین نمایه گلیسمی عسل بدون موم ایران (منطقه آذربایجان)

مواد و روش‌ها: نمونه کردن یافته‌های فراوان مورد مطالعه در ۱۲ ساعت ناشتا بودن در ساعت ۸ صبح کرده شد. سپس بعد از خوردن ۳۰ کرم کربوهیدرات غذای استاندارد (۵۰ کرم کلکوتا) و بار دیگر ۶۳ کرم عسل هنگام ششین تا چهارمین ساعت مصرف غذایی (معادل ۵۰ کرم کربوهیدرات غذای مزدیس) نمونه کردن یافته‌های فراوان به فواصل ۳۰، ۶۰ و ۱۲۰ دقیقه بعد کرده شد. میزان نمایه گلیسمی بر اساس فرمول ارائه شده توسط روش کلکوتا ارزیابی شد.

یافته‌ها: سطح زیر مصرفی به ترتیب ۲۴، ۲۴ و ۱۲ میزان نمایه گلیسمی عسل بدون موم منطقه آذربایجان ایران برابر ۶۵ محاسبه شد.

نتیجه‌گیری: عسل بدون موم ایران با نمایه گلیسمی ۴۵ دارای نمایه گلیسمی متوسط است و می‌تواند در نگهداری روزه‌های جانشین‌های موم غذایی دارای نمایه گلیسمی بالا کردد.

واژه‌های کلیدی: نمایه گلیسمی، عسل بدون موم، کلکوتا، مقاومت انسولینی

E-mail: aafaghi@yahoo.com

Downloaded from daneshvarmed.shahed.ac.ir at 2:03 IRST on Sunday January 26th 2020
مقدمه
مشخص شده است که مصرف میزان مناسب از منابع کربوهیدرات‌های موجود در مواد غذایی غوناگون، لازم است. این منابع شامل گیاهی یا نماهنگ می‌باشد که انجام برای کاهش وزنی کمک می‌کند. در نظر گرفته شده است که آن محصولات در اندازه‌های مختلف تهیه شده با آن از راهی نزدیک به این‌گونه کربوهیدرات‌ها شامل غلات (قند خون) برای نورسی به‌شکل MGpower می‌باشد که به مناسبات مختلف نیاز به گیاهی در علم [ب] با کار گرفتن ضریب اطیمات 96 و خطا آزمون 5، مقدار «اندازه تأثیر» برای سطح منحنی حاصل از مصروف عمل در این پرورش ها در حدود 2/6-4/1/3 در نظر گرفته شده است. تعداد نمونه برای نیاز اثرات مصرف گیاهی از میان آزمایشگاه کارتخیست توسط گردی و دو نفر دیگر از آن به گزارش و نتایج داده است. بنا بر نتایج انجام شده که شرکت‌های توزیع‌دهنده می‌توانند از توزیع‌دهنده محصولات کربوهیدرات‌های گیاهی به کار گیرند.

مواد و روش‌ها
تعداد نمونه: در مطالعات مختلف نیاز به گیاهی کربوهیدرات عمل [ب] با کار گرفتن ضریب اطیمات 96 و خطا آزمون 5، مقدار "اندازه تأثیر" برای سطح منحنی حاصل از مصروف عمل در این پرورش ها در حدود 2/6-4/1/3 در نظر گرفته شده است. تعداد نمونه برای نیاز اثرات مصرف گیاهی از میان آزمایشگاه کارتخیست توسط گردی و دو نفر دیگر از آن به گزارش و نتایج داده است. بنا بر نتایج انجام شده که شرکت‌های توزیع‌دهنده می‌توانند از توزیع‌دهنده محصولات کربوهیدرات‌های گیاهی به کار گیرند.
بحث و نتیجه گیری

در این تحقیق مشخص شده که علت اصلی موم ایران درای نمایه گلیسی متوسط است. چنین گزارش و همکاران وی در سال ۱۹۸۱ میلادی به مهارت نمایه گلیسی ۲۲ ماه‌فاصله را ارائه دادند. نمایه گلیسی علی در مقاله [۱۰] روزنامه‌نگار گزارش کرده‌اند [۱۰] و همکارانش در سال ۲۰۰۲ میلادی لیست ۷۵۰ ماه‌فاصله را که در پژوهش ماینکال در ناحیه مختلف نمایه گلیسی آنها مشخص گردیده بود در مقاله‌ای تحت عنوان "لبست بین عمليه نمایه گلیسی" گزارش کرده‌اند. در مطالعه‌های که توربوم (Thorburn) و همکارانش در سال ۱۹۸۶ میلادی انجام دادند نمایه گلیسی علی ۷۵٪ گزارش شد که نزدیک به نمایه گلیسی به دست آمد. در تحقیق حاضر برای بدست آوردن این امر، استاد [۱۰] نمایه گلیسی علی در مقالات مختلف بین ۵۸ تا ۷۸ نمایه گلیسی علی در مورد مصرف گلیسی در ژن‌های شناسایی نشان داده شد.

میزان این مشخصات بررسی‌های انجام شده در ایران محدود به مطالعه فرور دعوت طالبان و میان اصلاحیه است و انتباه تحقیقات و تغذیه‌ای و بازیابی کشور است. در این بررسی، نمایه گلیسی ۴۴ ماه‌فاصله در دوره‌های مختلف مورد مطالعه قرار گرفته و در نشریه‌ها در سال ۱۳۸۷ میلادی و ۱۳۸۸ میلادی است. بررسی میدانی به مهارت، سایز، زمان ناشنا رصد، در حالی که بعد از موجود مصرف گلیسی، میزان قند خون در دیگره به ۷۰ به در سطح حالت ناشنا رصد.

با استفاده از اطلاعات موجود در جدول ۱ می‌توانیم افزایش میزان قند خون در فاصله مورد بررسی بعد از مصرف عسل حاوی ۵۰ گرم گلیزک و ۷۱ گرم عسل در نمودار ۱ رسم شده. سطح زیر مجموعه‌ای که تریپ برای ۱۴۹۴ در ۴۸/۵ و ۱۴۹۴ ناحیه است که بر این اساس، میزان نمایه گلیسی علی پیدا موم منطقه آذربایجان ایران به بار ۵۵ محاسبه شد.

![نمودار 1: مقایسه میزان علی قند خون بر حسب میله‌ی گلیزک در مصرف معکول حاوی ۵۰ گرم گلیزک و ۷۱ گرم عسل]

نمودار ۱: میانگین افزایش میزان قند خون بر حسب میله‌ی گلیزک

میزان افزایش میزان قند خون بر حسب میله‌ی گلیزک

با استفاده از روش ذکر شده ایداده‌گیری گردید. برای انجام کارهای آماده از نظر اندازه اکثر ۲۰۰۰ استفاده شد.

نتایج

میانگین سن و نمایه نویدر از افراد مورد آزمایش به ترتیب ۳۸ (بسیار-۸۵ و ۴۳/۷/۱۹۸۱) (بین ۲۷/۸-۵۷/۸) بود.

میزان قند خون افراد مورد مطالعه در فاصله زمانی صفر، ۳۰، ۶۰ و ۱۲۰ دقیقه بعد از مصرف محلول حاوی ۵۰ گرم گلیزک و ۱۱ گرم عسل اندازه‌گیری شد.

میانگین میزان قند خون افراد مورد مطالعه در آزمایش در میان مورد بررسی بعد از مصرف محلول حاوی ۵۰ گرم گلیزک و ۱۱ گرم عسل در جدول ۱ نمودار ۱ ذکر شده است. حداکثر افزایش قند خون ۳۰ دقیقه پس از مصرف گلیزک و عسل مشاهده گردید که در مورد مصرف محلول صفر دیده نشد.

![نمودار ۲: مقایسه علی قند خون بر حسب مصرف گلیزک و عسل]

نمودار ۲: مقایسه علی قند خون بر حسب مصرف گلیزک و عسل
مواد غذایی با نام‌های گلیسیسی را را به دلی افزایش شدید قند خون و ترشح انسلول سبب افزایش وقت انتزی بدن می‌باشد. اما به دلی‌های فقدان اینونسیل و افت سرعت قند خون افزایشی می‌باشد. برای انتخاب بازیابی مواد غذایی گلیسیسی یا پایین نسخته‌ای از حدودی از این امر سامان‌کردی که در طول روز بروز تنش قند خون را در حد مناسب نگه دارد. و فرد در طول روز انتزی لازم را خواهد داشت.[8]

عمل می‌تواند به عنوان یکی از مهم‌ترین منابع طبیعی قند و انتزی همراه با درصدی از عامل‌های موجود طبیعی بوده، قادر است مواد افزودنی است. در صورت تغییرات این با کاهش نامه گلیسیسی عسل می‌تواند کاربرد بسیار گسترده‌تری را برای چنین عملی پیشیگیری کند.

با توجه به نمایه گلیسیسی برخی از ترکیبات قندی از جمله مالتوز، گلوکز، لیکوئید، سوکروز و فروکتوز که به ترتیب برابر 0.18، 0.60 و 0.20[7][8] پیشنهاد می‌گردد برای فرمولولیسیون مناسب به منظور کاهش میزان نمایه گلیسیسی عسل اضافه کردن مقدار معینی فروکتوز به عسل، نمایه گلیسیسی عسل کاهش یابد.

منابع
1. طالبت، ف. اسماحی. گلیسیسی مواد غذایی ایران. ۱۳۷۱. صفحات ۱۰۶-۱۰۲.