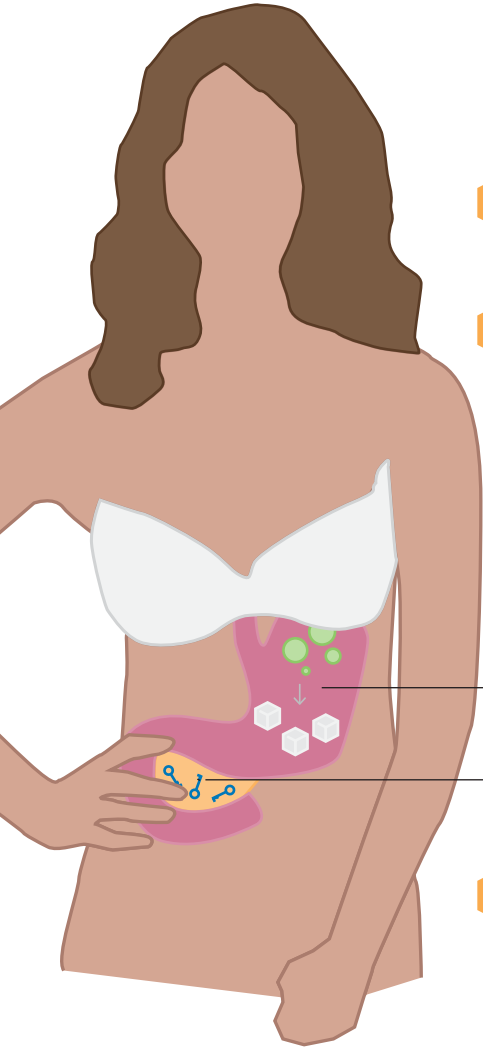




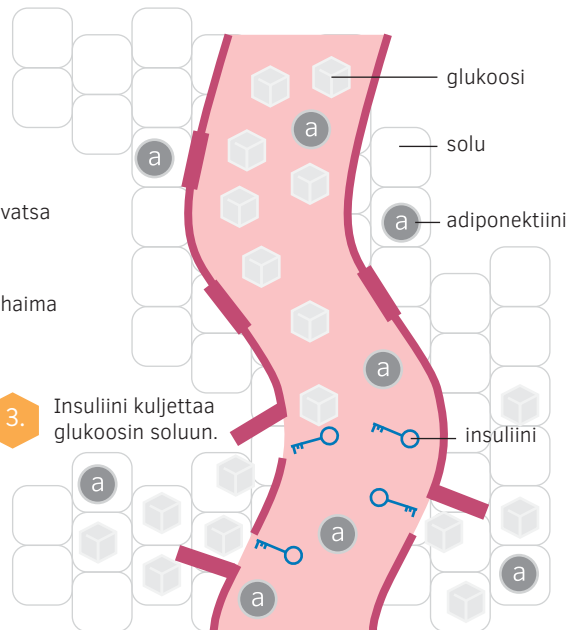
TYYPIN 2 DIABETES

Oluen kohtuukäyttö voi pienentää riskiä sairastua tyyppin 2 diabetekseen.



1. Ruoka muuntuu suussa, vatsassa ja ohutsuolessa glukoosiksi, joka siirtyy verenkiertoon.
2. Nouseva glukoositaso käynnistää insuliinin tuotannon haimassa.

Terve henkilö



60 miljoonaa

tyypin 2 diabeetikkoa.



50 %

tyypin 2 diabeetikoista kuolee sydän- tai verisuonisairauteen.



Kolmasosa

diabeetikoista ei tiedä sairastavansa tyyppin 2 diabetesta.

Oluen kohtuukäyttö voi pienentää riskiä sairastua tyyppin 2 diabetekseen seuraavien tekijöiden johdosta:

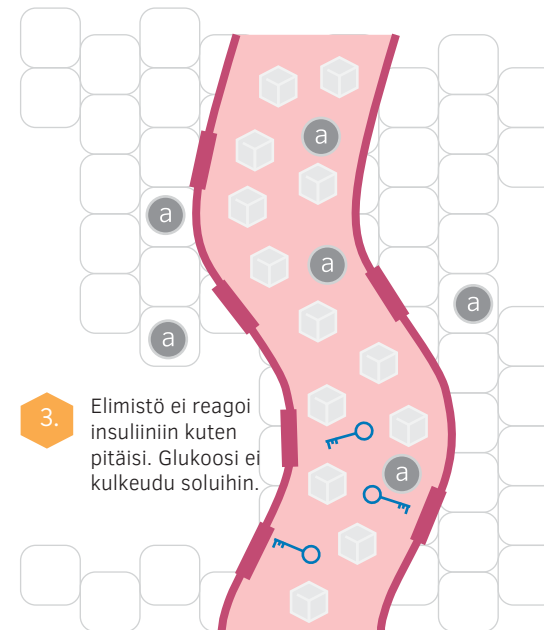


Tulehdusta ehkäisevät vaikutukset adiponektiinin (rasvakudoksen erittämän peptidin) lisääntymisen kautta.

Lievästi koholla olevat tulehdusarvot edeltävät tyyppin 2 diabetesta.

Kasvanut insuliiniherkkyys adiponektiinitason kohoamisen ja rasva-aineenvaihduntaan kohdistuvien positiivisten vaikutusten johdosta.

Tyyppin 2 diabeetikko



Tyyppin 2 diabeteksen ennaltaehkäisy: Harrasta liikuntaa, syö ja juo terveellisesti sekä kohtuudella, mutta älä tupakoi.

Oluen kohtuukäyttö saattaa pienentää riskiä sairastua tyyppin 2 diabetekseen, ja tyyppin 2 diabeetikoilla se voi lisäksi parantaa veren glukoositasoa sääätelyä ja vähentää komplikaatioita.