

糖尿病患者に適した炭水化物摂取比率

日本人の2型糖尿病患者では、炭水化物の取り過ぎはHbA1c値の上昇につながる可能性があり、総エネルギー量に対する炭水化物由来のエネルギーの割合を60%未満に抑えることが血糖コントロールの維持に有用であることが、横浜市立大学内分泌・糖尿病内科の研究グループより発表され、「Journal of Diabetes Investigation」誌に掲載されました。



日本糖尿病学会による食事療法に関する提言では、炭水化物の摂取は総エネルギーの比率で50~60%とすることが推奨されています。

