

南大研究： 饱和脂肪使糖尿病恶化

南大研究发现，饱和脂肪酸会令FIT2蛋白降解，导致产生胰岛素的细胞丧失功能并死亡，令人体无法分泌足够的胰岛素，将碳水化合物的糖分转化为糖原的能力受损，因而导致糖尿病，并会令糖尿病恶化。

安诗一 报道
anshiyi@sph.com.sg

南洋理工大学的一项研究发现，饱和脂肪会使糖尿病病情恶化。

饱和脂肪酸会令FIT2蛋白降解，导致产生胰岛素的细胞丧失功能并死亡，令人体无法分泌足够的胰岛素，将碳水化合物的糖分转化为糖原的能力受损，因而导致糖尿病，并会令糖尿病恶化。

南洋理工大学李光前医学院

的科学家在对老鼠的实验中发现，恢复胰岛素细胞中的FIT2蛋白的水平，可以减少饱和脂肪造成的损害。

增加体内FIT2蛋白产生 或可治疗第二型糖尿病

这项研究在今年3月的《美国国家科学院院刊》(PNAS)科学杂志上发表。研究指出，增加体内FIT2蛋白的产生，可能是治疗第二型糖尿病的新方法。

全球约有4.62亿人为第二型糖尿病的患者，占糖尿病总病例的95%。

领导这项研究的南洋理工大学李光前医学院优素福·阿里(Yusuf Ali)副教授说：“综合来看，研究结果表明，饱和脂肪酸可能通过减少FIT2蛋白，使胰腺细胞中的脂滴形成失效，从而导致糖尿病。因此，在前期糖尿病和第二型糖尿病发展过程中，恢复细胞内脂滴的形成可能具有相当大的治疗价值，从而防止β细胞功能障碍及损失。”

科学家认为，除了糖和碳水化合物外，糖尿病患者在使用肉类和奶制品时也要适量。

优素福副教授说：“在营养

方面，研究结果表明，用蛋白质代替精米的糖尿病患者，可能需要注意饱和脂肪的摄入量，红肉、加工肉类和奶制品中含有大量的饱和脂肪。”

邱德拔医院全科医学部门高级顾问医生林舒奇副教授表示，这项研究解释了饱和脂肪如何干扰胰腺维持健康血糖的功能，进而导致或使糖尿病恶化。

林舒奇副教授说：“大多数人都知道富含饱和脂肪的饮食会导致心脏病。然而，很少人知道饮食中的饱和脂肪也会增加患糖尿病的风险或令糖尿病的控制变差。因此，我建议糖尿病患者及前期患者注意健康饮食，减少饱和脂肪的摄入。”