Subject: Diät-Limo erhöht das Risiko für Stoffwechselerkrankungen
Posted by pilos on Wed, 13 May 2009 16:37:36 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

mal wieder den beweis erbracht...das zero zucker gefährlicher ist als mit 100% zucker...

wenn die zunge süsses bekommt...dann erwartet die bauchspeicheldrüse auch das zucker kommt und erhöht schon mal vorsorglich die insulin produktion...und dann kommt nichts und bringt den körper nur durcheinander..

trotz aller diätgetränke werden die leute immer dicker...

http://portal.gmx.net/sidbabhdcc.1242232358.2828.jxt01bvvhd.73.mhj/de/themen/gesundheit/ernaehrung/8126898-Diaet-Limonade-macht-dick-und-krank,cc=00000018590008126898 1jeWaD.html

Subject: Re: Diät-Limo erhöht das Risiko für Stoffwechselerkrankungen
Posted by ezekiel on Wed, 13 May 2009 16:52:36 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Naja, eine Studie, die auf Fragebögen aufbaut... 'Möglich ist auch, dass das häufige Trinken der süßen Durstlöscher lediglich ein Ausdruck einer Lebens- und Ernährungsweise ist, die generell ungesünder ist'.
Nicht sehr überzeugend.

Subject: Re: Diät-Limo erhöht das Risiko für Stoffwechselerkrankungen
Posted by fuselkopf on Wed, 13 May 2009 17:08:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Die Studie ist schrott!
Dass durch Diät Limo der Stoffwechsel durcheinander gebracht wird wurde schon lange widerlegt. Lust auf Süßes ja, Insulinreaktion nein.

Subject: Re: Diät-Limo erhöht das Risiko für Stoffwechselerkrankungen
Posted by Yes No on Wed, 13 May 2009 17:10:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich hab doch vor kurzem irgendwo gelesen dass im Mund Rezeptoren für niedrigmolekulare Zucker zu sein scheinen, so dass das Gehirn sehr wohl unterscheidet zwischen (nur) süß und (richtige) Zucker.

Subject: Re: Diät-Limo erhöht das Risiko für Stoffwechselerkrankungen
Posted by glockenspiel on Wed, 13 May 2009 17:13:10 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ezekiel schrieb am Mit, 13 Mai 2009 18:52Naja, eine Studie, die auf Fragebögen aufbaut...
'Möglich ist auch, dass das häufige Trinken der süßen Durstlöscher lediglich ein Ausdruck einer Lebens- und Ernährungsweise ist, die generell ungesünder ist'.
Nicht sehr überzeugend.

Dieses Argument hat man aber auch bei so gut wie allen Green-Tea in vivo Studien.

67% sind harter Tobac.

Subject: Re: Diät-Limo erhöht das Risiko für Stoffwechselerkrankungen
Posted by Yes No on Wed, 13 May 2009 17:42:08 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hier mal eine interessante Studie.
Zitat:Bestätigt wurde diese Hypothese (dass Rezeptoren im Mund die Anwesenheit von Kohlehydraten im Mund direkt an das Gehirn weiter leiten) durch das bildgebende Verfahren der funktionellen Magnetresonanztomographie (fMRI), mit der die Gehirne der Sportler gescannt wurden, nachdem sie eine der drei Flüssigkeiten zu sich genommen hatten. Glukose und Maltodextrin aktivierten Areale wie das Striatum und der Anteriore Cinguläre Cortex, die mit Belohnung zu tun haben, während das nur mit Süßstoff versetzte Wasser keine Auswirkungen hatte.

Subject: Re: Diät-Limo erhöht das Risiko für Stoffwechselerkrankungen
Posted by pilos on Wed, 13 May 2009 18:41:07 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Villain schrieb am Mit, 13 Mai 2009 19:42Hier mal eine interessante Studie.
Zitat:Bestätigt wurde diese Hypothese (dass Rezeptoren im Mund die Anwesenheit von Kohlehydraten im Mund direkt an das Gehirn weiter leiten) durch das bildgebende Verfahren der funktionellen Magnetresonanztomographie (fMRI), mit der die Gehirne der Sportler gescannt wurden, nachdem sie eine der drei Flüssigkeiten zu sich genommen hatten. Glukose und Maltodextrin aktivierten Areale wie das Striatum und der Anteriore Cinguläre Cortex, die mit Belohnung zu tun haben, während das nur mit Süßstoff versetzte Wasser keine Auswirkungen hatte.

aber die sprechen gar nicht von insulin...

und die fakten sagen was anderes

How sweet it isn't. If artificial sugar is so splendid, why aren't we thin?

http://jscms.jrn.columbia.edu/cns/2008-03-18/delevingne-swee tnfat

http://www.sciencedaily.com/releases/2008/02/080210183902.ht m

---

Subject: Re: Diät-Limo erhöht das Risiko für Stoffwechselerkrankungen
Posted by Norwood-packt-das-an on Wed, 13 May 2009 21:33:52 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Gilt das auch für "Stevia"? Das ist der einzige natürliche Süßstoff der Natur.

Subject: Re: Diät-Limo erhöht das Risiko für Stoffwechselerkrankungen
Posted by fuselkopf on Wed, 13 May 2009 23:45:29 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

rein von derlogik her müsste es auch für stevia gelten. und stevia soll angeblich die insulinsensivität verbessern... also alles sehr konfus.

Subject: Re: Diät-Limo erhöht das Risiko für Stoffwechselerkrankungen
Posted by Haar-in-der-Suppe on Thu, 14 May 2009 21:22:01 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

afaik trifft das auf die meisten süßstoffe zu aber soll auch ausnahmen geben

---

Subject: Re: Diät-Limo erhöht das Risiko für Stoffwechselerkrankungen
Posted by Norwood-packt-das-an on Sun, 17 May 2009 15:49:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Wer sagt eigentlich, dass es am Insulin liegt, was nur aufgrund des süßen Geschmacks ausgeschüttet wird? Glaube ich nicht. Der Körper schüttet erst Insulin aus, wenn Kohlenhydrate da sind.
Fruchtzucker schmeckt ja auch sehr süß und wird dennoch Insulin-unabhängig verstoffwechselt.

Ich denke das liegt wohl eher an den chemischen Mitteln die in so einer Brause drin sind wie Aspartam, Farbstoffe und den ganzen Müll...

Ich trinke nur Kaffee und Wasser.

Subject: Re: Diät-Limo erhöht das Risiko für Stoffwechselerkrankungen
Posted by Sssnake on Sun, 17 May 2009 18:59:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Son, 17 Mai 2009 17:49Wer sagt eigentlich, dass es am Insulin liegt, was nur aufgrund des süßen Geschmacks ausgeschüttet wird? Glaube ich nicht. Der Körper schüttet erst Insulin aus, wenn Kohlenhydrate da sind.
Fruchtzucker schmeckt ja auch sehr süß und wird dennoch Insulin-unabhängig verstoffwechselt.

Ich denke das liegt wohl eher an den chemischen Mitteln die in so einer Brause drin sind wie Aspartam, Farbstoffe und den ganzen Müll...

Ich trinke nur Kaffee und Wasser.

Wow. Norwood Zero for president. Oder zumindest Moderator. Top-User aber in jedem Falle!

Subject: Re: Diät-Limo erhöht das Risiko für Stoffwechselerkrankungen
Posted by glockenspiel on Wed, 20 May 2009 21:19:42 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Sssnake schrieb am Son, 17 Mai 2009 20:59Ab-2008-Norwood-null schrieb am Son, 17 Mai 2009 17:49Wer sagt eigentlich, dass es am Insulin liegt, was nur aufgrund des süßen Geschmacks ausgeschüttet wird? Glaube ich nicht. Der Körper schüttet erst Insulin aus, wenn Kohlenhydrate da sind.
Fruchtzucker schmeckt ja auch sehr süß und wird dennoch Insulin-unabhängig verstoffwechselt.

Ich denke das liegt wohl eher an den chemischen Mitteln die in so einer Brause drin sind wie Aspartam, Farbstoffe und den ganzen Müll...

Ich trinke nur Kaffee und Wasser.

Wow. Norwood Zero for president. Oder zumindest Moderator. Top-User aber in jedem Falle!