



Útmutató Cukor I. Allergiás étrendjéhez

1. Számú cukorbetegség esetén a fruktóz bontásáért felelős enzim hiányzik, így kezelésének fontos eleme a diéta, mely során a fruktóz és a szacharóz (egyik összetevője a fruktóz) bevitelt kell minimálisra csökkenteni. A fruktóz sok nyersanyagban, élelmiszerben jelen van, elsősorban gyümölcsökben, zöldségekben, cukrot tartalmazó élelmiszerekben, így az étrend összeállítása nagy odafigyelést igényel. A mi esetünkben az ebédet illetően 40mg CH összeállításban készítjük. Azt fontos számolni minden étkezéskor, mert a kevesebb szénhidrát bevitel épp úgy veszélyes mint a több, ami kiemelt fontosságú

Köszönettel: Kosztján Attila

Diétás Mesterszakács