

# CIMET POMAŽE

Autor Branislav Knežević  
Friday, 03 August 2007

## CIMET

Dodavanje cimeta dezertu može ublažiti porast nivoa šećera u krvi, pokazalo je istraživanje švedskih naučnika Univerziteta u Malmeu. **KOD NAS ODAVNO.**

Istraživanje je sprovedeno na 14 zdravih ispitanika posle kojeg su naučnici izjavili da veruju da se učinak cimeta temelji na usporavanju prolaska hrane iz želuca do creva, ali istovremeno upozoravaju da je još prerano za prepisivanje cimeta kao terapije za dijabetes.

Dodavanjem cimeta u desert može da se ublaži skok nivoa šećera u krvi koji nastupa posle konzumiranja slatkiša, poručuju švedski stručnjaci s Univerzitetske bolnice u Malmeu. Taj efekat pripisuje se činjenici da cimet usporava prelazak hrane iz želuca u creva, što je švedski tim ustanovio uz pomoć ultrazvuka.

'Još je rano da se ljudima koji boluju od dijabetesa nedvosmisleno preporuča cimet kao dodatna terapija za bolest', kažu švedski stručnjaci i podsećaju da je jedna ranija studija pokazala da je kod osoba obolelih od dijabetesa tipa 2 posle četrdesetodnevnog konzumiranja cimeta došlo do smanjenja nivoa šećera i holesterola.

Nasuprot tome, jedno drugo istraživanje pokazalo je da cimet nema nikakvo dejstvo na nivo šećera u krvi kod obolelih od dijabetesa tipa 1.

Potrebna su dalja istraživanja dejstva cimeta na obolele od šećerne bolesti, podvlače stručnjaci iz Malmea. **KOMENTAR VEŠTINA I NAŠIH ČELANOVA UDRUŽENJA SPAS I NAD KORISTE VEŠTAČA GODINAMA CIMETA** sa jogurtom ujutro i kafu, pokazalo se da ima uticaja na nivo šećera i masnoće smanjuje. Dakle onima kojima prija može da ikodi