

Herabgesetzte Gefäßfunktion durch AGE`s?

Eine falsche Zubereitung von Mahlzeiten kann zu Atherosklerose führen

Stolberg, den 24. Juli 2007: AGE`s sind Substanzen, die neben exogenen Faktoren, wie zum Beispiel Rauchen, auch über die Nahrung in die Blutbahn gelangen. Die in der biochemischen Fachsprache als „Advanced Glycation Endproducts“ bezeichneten Stoffe stehen unter Verdacht, insbesondere bei Patienten mit Diabetes mellitus, eine Verschlechterung der Funktion von kleinen und großen Gefäßen zu verursachen, so heute Diplom Oecotrophologin Vera Rickmann von VISION Druckmedien aus Stolberg. Schon 1912 fand der französische Biochemiker Louis Maillard heraus, warum sich Milch beim Anbrennen braun verfärbt. Die so genannte „Maillardreaktion“ unterliegt einer komplexen chemischen Reaktion, bei dem Zucker und Proteine miteinander reagierten. Bei Diabetikern sind, in Abhängigkeit von der Stoffwechsellage, aufgrund von Glykierungsreaktionen mit Hämoglobin, eine erhöhte Menge von AGE`s zu finden. Im Vergleich zu Nichtdiabetikern treten beim Patienten mit Diabetes häufiger Herz-oder Kreislauferkrankungen auf. Besonders nach einer Aufnahme von Nahrungsmittel, die durch Frittieren oder Backen reich an AGE`s sind, kann eine Verschlechterung der Funktion der kleinen Gefäße um 60 Prozent und der großen Gefäße um 35 Prozent beobachtet werden. Eine Mahlzeit mit identischen Zutaten konnte durch Dünsten oder Kochen dieses Ausmaß deutlich reduzieren (1). Mittels Ultraschall und Laser-Doppler konnte dieser Zusammenhang zwischen AGE`s und Gefäßkomplikationen erklärt werden. Auch wenn nur eine vorübergehende Verschlechterung der Gefäßfunktion besteht, kann diese Entwicklung eine Grundlage zur Entstehung von Atherosklerose darstellen. Durch schonende Kochmethoden lassen sich die Gefahren einer zu hohen AGE-Aufnahme mindern. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.vision-druckmedien.de, Werbeagentur Aachen.

Quelle:

- (1) Negrean M. et al.: Effects of low- and high-advanced glycation endproduct meals on macro- and microvascular endothelial function and oxidative stress in patients with type 2 diabetes mellitus. Am J Clin Nutr, 2007 May; 85(5):1236-43



Gebratenes ist lecker – aber reich an AGE`s