

HROM KAO DODATAK U PREHRANI KOD DIJABETES MELLITUS TIP II

¹Sadeta Hadžić, ¹Iva Lamešić

¹Postdiplomski studij „Nutricionizam i bromatologija“ Farmaceutskog fakulteta Univerziteta u Tuzli

Hrom je esencijalni mineral i nemože se sintetisati u organizmu nego se mora unijeti sa hranom. Nizak nivo hroma u organizmu može dovesti do povećanja šećera u krvi, triglicerida, holesterola, i povećati rizik od srčanih bolesti i dijabetesa. Najbogatiji izvor hroma je pivski kvasac. Nedostatak hroma može se vidjeti kod poremećaja tolerancije glukoze, kod starijih osoba sa tipom 2 dijabetesa i kod djece sa proteinskom malnutricijom. Klinička istraživanja su pokazala da pacijenti sa Dijabetes mellitus tip 1 i 2 koji su uzimali suplemente hroma su smanjili doze inzulina, metformina ili preparata sulfonilureje. Za prevenciju i tretman bolesti koriste se preparati hroma kod odraslih u dozi od 200 mcg hroma, 1 - 3 puta dnevno.