

# PSZENICA a CUKRZYCA typu 1



Naukowcy z Kanady zaobserwowali, że nieprawidłowa reakcja układu odporności na białka pszenicy może mieć związek z rozwojem cukrzycy typu 1, która pojawia się przeważnie w dzieciństwie i nie jest powiązana z otyłością czy brakiem ruchu. Naukowcy z Uniwersytetu Medycznego w Ottawie przebadali 42 pacjentów z cukrzycą typu 1 i odkryli, że u niemal połowy z nich komórki odporności reagowały nieprawidłowo na białka pszenicy, co objawiało się ich intensywnymi podziałami oraz wydzielaniem większych ilości białek prozapalnych. Reakcje na inne antygeny pokarmowe, jak białko jaja kurzego, gluten (białko również obecne w pszenicy) czy fitohemaglutyninę (w którą obfituje czerwona fasola), nie były tak nasilone. Okazało się też, że niemal wszyscy pacjenci, którzy mieli nieprawidłową reakcję na białka specyficzne dla pszenicy posiadali gen HLA-DR4 związany z ryzykiem cukrzycy typu 1. Prowadzący badania dr Fraser Scott twierdzi, że układ odporności musi znaleźć idealną równowagę tak, by skutecznie bronić organizm przed obcymi komórkami i cząsteczkami, nie uszkadzając zarazem własnych tkanek i nie reagując nadmiernie na otoczenie. Jest to szczególnie duże wyzwanie w jelitach, dokąd z zewnątrz trafiają duże ilości pożywienia i bakterii. Scott podkreśla, że badania te sugerują, iż posiadacze niektórych genów mogą mieć większe predyspozycje do nadwrażliwości na pszenicę i prawdopodobnie na inne pokarmy obecne w jelitach.

Stany zapalne w układzie pokarmowym mogą zakłócać funkcjonowanie układu odporności i zwiększać ryzyko innych zaburzeń immunologicznych, jak cukrzyca typu 1. Komentując badania, diabetolog dr Mikael Knip z Finlandii stwierdził, że te obserwacje wspierają ideę, zgodnie z którą jelita biorą czynny udział w rozwoju cukrzycy. Cukrzyca typu 1 jest zaliczana do schorzeń autoimmunologicznych, które są skutkiem zaburzeń w pracy komórek odpornościowych. We wczesnym okresie życia komórki te powinny się nauczyć odróżniać obce cząsteczki, należące np. do bakterii czy wirusów, od własnych tkanek oraz substancji nieszkodliwych, obecnych m.in. w pokarmie. Czasem zdarza się jednak, że komórki odporności się mylą i atakują własne tkanki, prowadząc do rozwoju chorób autoimmunologicznych lub reagują nadmiernie na neutralne związki, powodując alergię.

U osób chorych na cukrzycę typu 1 komórki odporności niszczą komórki trzustki produkujące insulinę. Jest to hormon odpowiedzialny za metabolizm glukozy - gdy go zabraknie poziom glukozy we krwi niebezpiecznie rośnie, co może powodować uszkodzenia narządów i tkanek. Wcześniejsze badania doktora Scotta prowadzone na zwierzętach wykazały, że dieta pozbawiona pszenicy może obniżyć ryzyko rozwoju cukrzycy typu 1.

*Źródło: Rynek Zdrowia*