

臺北榮總營養部膳食管理科專題討論

題目：Extra virgin olive oil improves post-prandial glycemic and lipid profile in patients with impaired fasting glucose

初榨橄欖油能改善血糖耐受不良病人的飯後血糖與血脂

作者：Carnevale R, Loffredo L, Ben DB, Angelico F, Nocella C, Petruccioli A, Bartimoccia S, Monticolo R, Cava E, Violi F.

文章出處：*Clin Nutr* 2016; doi: 10.1016/j.clnu.2016.05.016

報告者：秦立宜

報告時間：民國 105 年 9 月 13 日(二)13:30-14:30

報告地點：營養講堂

摘要：

先前研究指出，初榨橄欖油能改善健康受試者的餐後血糖，但並無探討對於糖尿病前期受試者的影響，故本研究探討初榨橄欖油對於血糖耐受不良者飯後血糖及血脂的作用。

共收案30名受試者，以交叉試驗方式隨機分成含或不含10公克初榨橄欖油餐食的兩組，並測量飯前、飯後60分鐘與120分鐘的血糖、胰島素、昇糖素類似胜肽 (Glucagon-Like Peptide-1, GLP1)、雙基胜肽酶-4 (Dipeptidyl Peptidase-4, DPP4) 活性、三酸甘油酯、總膽固醇、高密度脂蛋白膽固醇與脂蛋白原-48(Apo B-48)。

研究結果顯示含初榨橄欖油組有較低的飯後血糖(p=0.009)、三酸甘油酯(p=0.002)與Apo B-48(p=0.002)，此外也有較高的DPP-4活性(p<0.001)、胰島素(p<0.001)與GLP-1(p<0.001)，至於總膽固醇與高密度脂蛋白膽固醇在兩組間則無顯著差異。

這是第一個顯示攝取初榨橄欖油能改善血糖耐受不良者飯後血糖與血脂的研究，可能機轉為腸泌素分泌增加並促進胰島素分泌，以及 GLP-1 介導的脂蛋白原 B-48 下調，本研究賦予了初榨橄欖油利於預防動脈粥樣硬化進展的新見解。

參考文獻：

1. Violi F, Loffredo L, Pignatelli P, Angelico F, Bartimoccia S, Nocella C, et al. Extra virgin olive oil use is associated with improved post-prandial blood glucose and LDL cholesterol in healthy subjects. *Nutr Diabetes* 2015;5:e172.
2. Taskinen MR, Boren J. New insights into the pathophysiology of dyslipidemia in type 2 diabetes. *Atherosclerosis* 2015;239:483-495.