

Energie für Gehirn,
Nerven und
einiges mehr ...



Galaktose

Was ist Galaktose?

Galaktose ist ein Einfachzucker und wird in der Leber umgewandelt. Der Körper nutzt diesen zur Energiegewinnung. Galaktose ist ein Baustein der Laktose, die in der Milch von Säugetieren vorkommt und somit als natürliche Quelle von Galaktose dient. Darüber hinaus kommt Galaktose auch in geringerem Umfang in Lebensmitteln vor wie z.B. gekochten Kichererbsen, Papaya, Tomaten, Wassermelone, Datteln und Bananen. Sie erfüllt im Körper verschiedene Funktionen. Galaktose kann in seiner freien Form auch zum Süßen verwendet werden.

Galaktose als wesentliche Energiequelle

Galaktose wird im Körper zur Glukoseproduktion genutzt, daher ist der Zucker ein wichtiger energiegebender Nährstoff. Dies ist insbesondere für Säuglinge wichtig, da diese sich ausschließlich von Milch ernähren und den Zucker als Energiequelle nutzen. In einem gesunden Körper wird Galaktose fast vollständig zu Glukose umgewandelt, was in der Leber geschieht. Dieser Zucker wird teilweise auch endogen produziert. Für das Gehirn und das Nervensystem ist dieser Zucker ein wichtiger Stoff, der deren Funktion unterstützt.

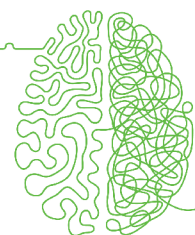
Vorkommen von Galaktose

Galaktose ist ein Baustein von Laktose und somit in entsprechenden Lebensmitteln zu finden, aber auch in Hülsenfrüchten, Obst und Gemüse. Zudem tritt er in der Natur als oligosaccharid-gebundenen Form auf und weist daher präbiotische Eigenschaften auf.

plantafood
MEDICAL



www.plantafood.de



Fakten



Mitglied des
NEM-
Verbandes



Bio-zertifiziert



Therapeutische Wirkung von Galaktose

Galaktose kann einen positiven Effekt auf die Behandlung von Krankheiten des Gehirns haben. Dies wurde kürzlich wissenschaftlich ermittelt. Dabei wurde bei Erkrankungen des Gehirns wie Alzheimer oder dem nephrotischen Syndrom durch Einsatz des Zuckers eine therapeutische Wirkung nachgewiesen. Auch für Menschen mit einer Leber-Enzephalopathie spielt Galaktose eine wichtige Rolle bei der Bekämpfung neurotoxischer Verbindungen im Gehirn. Demenz steht in Verbindung mit einer Dysfunktion des Insulin-Rezeptorsystems. Dadurch wird der Glukosetransport und der Stoffwechsel in den Gehirnzellen vermindert. Da Galaktose insulinunabhängig ist, kann der Zucker als Energiequelle für das Gehirn dienen und ist als Zuckeralternative für Diabetiker geeignet. Dadurch hat er keinen Einfluss auf die Insulinausschüttung und schont die Bauchspeicheldrüse. Aufgrund dessen bleibt der Blutzuckerspiegel weitgehend ausgeglichen und die Zellen werden dennoch weiterhin mit Energie versorgt. Die tägliche orale Aufnahme von Galaktose ist daher wichtig. Auch kann Galaktose als Präbiotikum genutzt werden, da es als Oligosaccharid auftritt. Einige Oligosaccharide, darunter auch Galaktose, können das Wachstums der Mikroflora im Darm fördern und haben einen positiven Einfluss auf den Magen-Darm-Trakt des Menschen. Ein weiterer Vorteil der Galaktose ist, dass der Zucker zahnschonende Wirkungen aufweist. Anteilig reduziert er die Bildung von Plaque auf den Zähnen. Untersuchungen haben zusätzlich gezeigt, dass Galaktose kariesfördernde Bakterien hemmt, indem er die Andockstellen auf der Zahnoberfläche blockiert.

Quellen

- Coelho AI et al. 2015. Curr Opin Clin Nutr Metab Care. 18: 422-427.
- Schaafsma G. 2008. Int. Dairy J. 18: 458-65.
- Prado EL et al. 2014. Nutr. Rev. 72: 267-284.
- Cederlund A et al. 2013. PLoS One. 8: e53876.
- Zivkovic AM et al. 2011. Adv. Nutr. Res. 2: 284-289.
- Roser M et al. 2009. J Neural Transm.. 116(2):131-139.
- Henderson JM et al. 1982. First-order clearance of plasma galactose: the effect of liver disease. Gastroenterology. Nov. 83(5): 1090-6.
- Ercan N et al. 1993. Effects of glucose, galactose, and lactose ingestion on the plasma glucose and insulin response in persons with non-insulin-dependent diabetes mellitus. Dec. 42(12):1560-7.
- Lembke, A.; Pause, B. (1989): Über die kariostatische Wirksamkeit von D(+)-Galaktose. Z Stomatol 86 (4): 179-189.
- Imfeld, T. (1996): Telemetric evaluation of D-tagtose provided by MD Foods Ingredients Amba, Denmark, with regard to the product's qualification as being safe for teeth. Dental Institute, University of Zurich, Switzerland



Impressum

Firma: Plantafood Medical GmbH
Geschäftsführender Gesellschafter, vertretungsberechtigt: Manfred Scheffler
Anschrift: Am Sportplatz 3, D-56291 Leiningen
Telefon: +49 6746 94110, Telefax: +49 6746 941130, E-Mail: contact@plantafood.de
Webseite: www.plantafood.de
Handelsregister: HRB 20907, Amtsgericht Koblenz
Umsatzsteuer-ID-Nr. DE 814894549

Die Marke für
Gesundheit -
made in Germany!

plantafood
medical gmbh
am sportplatz 3
D - 56291 leiningen
t: + 49 (0) 6746 9411 - 0
f: + 49 (0) 6746 9411 - 30
contact@plantafood.de
www.plantafood.de



Mitglied des
NEM-
Verbandes



Bio-zertifiziert