

gLUCAn-Studie

β-glucanreiche Getreideprodukte

HINTERGRUND

Getreidevollkornprodukte sind ballaststoffreich. Besonders für die in Gerste und Hafer enthaltenen „löslichen Ballaststoffen“ wie β-Glucan wurden positive gesundheitliche Wirkungen in Bezug auf Diabetes und kardiovaskuläre Erkrankungen beschrieben, welche hauptsächlich auf einer Reduktion der postprandialen Blutglukose und der Insulinantwort sowie einer cholesterolsenkenden Wirkung beruhen. Eine Erhöhung des Verzehrs dieser Getreidesorten bietet somit ein großes Potential, um auf sehr einfachem Weg gesundheitsfördernde Effekte zu erzielen und zur Prävention chronischer Erkrankungen beizutragen.

Für die vorliegende Studie wurden Hafer- und Gerstenflocken geröstet, um dadurch die sensorische Attraktivität zu erhöhen und letztendlich die Akzeptanz und den Verzehr zu steigern.

In der Studie wird untersucht, wie sich der Röstprozess auf die Zusammensetzung und die physikochemischen Eigenschaften (bspw. Viskosität) der Inhaltsstoffe von Gerste- und Haferflocken auswirkt und ob die thermische Behandlung die physiologischen Wirkungen von Gerste und Hafer beeinflusst.

Vor diesem Hintergrund soll in der geplanten Studie der Einfluss eines regelmäßigen Verzehrs der Getreideprodukte (Gerste- und Haferflocken in gerösteter und roher Form) auf den Glukose- und Lipidmetabolismus sowie die Sättigung untersucht werden.

gLUCAn-Studie

β-glucanreiche Getreideprodukte

MERKMALE der Ernährungsstudie

- Täglicher Verzehr der vier verschiedenen Getreideflocken (80 g Flocken/d) über jeweils drei Wochen (Integration der Flocken in Frühstücksvariationen - Bereitstellung von Rezepten)
- In der Vergleichsgruppe erfolgt die Ausgabe von Weißbrot, wobei täglich über drei Wochen vier Scheiben verzehrt werden sollen (Integration in Frühstücksvariationen- Bereitstellung von Rezepten)
- Zwischen den 3-wöchigen Interventionsphasen liegen 3-wöchige Auswaschphasen

IHR NUTZEN durch die Teilnahme

- Erhalt von Studienlebensmitteln und Rezepten für abwechslungsreiche Frühstücksvariationen
- Daten zu Ihrem persönlichen Gesundheitsstatus und kardiovaskulären Risikoprofil

gLUCAn-Studie

β-glucanreiche Getreideprodukte

Wichtige Informationen auf einen Blick

Einschlusskriterien	Moderat erhöhtes LDL-Cholesterin \geq 120 mg/dl (\geq 3 mmol/l)
Probandenprofil	Frauen/Männer Alter 25 - 65 Jahre
Studiendauer	27 Wochen 10 Visiten im Abstand von 3 Wochen
Ihr persönlicher Nutzen durch die Teilnahme an der gLUCAn-Studie	Regelmäßige Erhebungen zu ihrem persönlichen Gesundheitsstatus <ul style="list-style-type: none">• Körperzusammensetzung• Blutlipide, Diabetes Risikoprofil etc.• Entzündungsmarker

**Aufwandsentschädigung
225 Euro**

Haben wir Ihr Interesse ge-
weckt?

Gerne beantworten wir Ihre
Fragen zur Studie.

Kontakt

M.Sc. Sarah Reiners &
Dr. rer. nat. Christine Dawczynski



Nachwuchsgruppe Nutritional Concepts
Kompetenzcluster für Ernährung und
kardiovaskuläre Gesundheit nutriCARD

sarah.reiners@uni-jena.de

Tel. 0 36 41 949726

christine.dawczynski@uni-jena.de

Tel. 0 36 41 949656



Ort für das Vor-Screening:

Friedrich-Schiller-Universität Jena
Institut für Ernährungswissenschaften
STUDIENZENTRUM
Dornburger Str. 27
07743 Jena



Ort der Untersuchungen während der Studie:

Institut für Transfusionsmedizin (ITM)
Erlanger Allee 101
07747 Jena

PROBANDEN für ERNÄHRUNGSSTUDIE GESUCHT



β-Glucan aus Gerste- und Haferprodukten