



## PROTEINY

- Mají vliv na postprandiální glykémii, efekt však zpožděn o 1,5 hodiny.
- Záleží, jestli jsou konzumovány společně se sacharidy nebo samostatně.
- Byl vysledován i rozdíl, pokud byla bílkovina konzumována 15 min před sacharidy – postprandiální efekt snížen.

### Proteiny a insulin

- Pokud jídlo obsahuje pouze bílkoviny v množství 75 g a méně, není pravděpodobně nutné navyšovat dávku insulinu.
- Pokud jídlo obsahuje 30 g sacharidů a alespoň 40 g bílkovin, navýšíme dávku insulinu o 15 – 20 %.

## TUKY

- Tuk zpožďuje vrchol vzestupu glykémie o 2 – 3 hodiny, hyperglykémie se může objevit až po 3 – 5 hodinách.
- Vysokotučné potraviny (pizza, smažené kuře...) vyžadují více insulinu než nízkotučné, způsobují pozdní postprandiální hyperglykémii, ale mohou způsobit i časnou hypoglykémii.
- Některé studie se zaměřily i na rozdíly mezi působením nasycených a nenasycených MK.

### Tuky a insulin

- Vysokotučné jídlo obsahující 40 g a více tuku navýší celkovou dávku insulinu o 30 - 35%.
- U CSII vhodné podat jako kombinovaný bolus 50/50 rozdělený na 2 – 2,5 hodiny.
- U MDI podat 30 – 35 % preprandiální dávky 1 hod po jídle.