

# 幼儿期吃糖多的人更易得糖尿病高血压

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/30282.html>

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

**幼儿期吃糖多的人更易得糖尿病高血压。**随着公众对饮食健康的重视，零糖概念备受关注。近日，发表在《科学》杂志上的一项研究表明，孕期及幼儿期减少糖分摄入可显著降低成年后患糖尿病和高血压的风险。该研究通过分析20世纪50年代人群的健康数据发现，从受孕开始计算的1000天内，胎儿期母亲减少糖分摄入、婴幼儿期控制自身糖分摄入可以显著降低个体成年后患糖尿病和高血压的风险。研究还强调，少糖不代表无糖，均衡的营养摄入对个体长期健康也非常重要。

（科技日报 赵卫华李忠明）

作者：赵卫华,李忠明 来源：科技日报

更多 科学进展 请访问 <https://www.iikx.com/news/progress/>

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，[爱科学iikx.com](https://www.iikx.com)转发