

食物血糖生成指数测定方法

Standard for determination of food glycemic index

行业标准信息平台

2019-06-11 发布

2019-12-01 实施

中华人民共和国国家卫生健康委员会 发布

前 言

本标准按照GB/T 1.1-2009 给出的规则起草。

本标准起草单位：中国疾病预防控制中心营养与健康所、河北医科大学、中国医学科学院北京协和医院、深圳市慢性病防治中心。

本标准主要起草人：王竹、向雪松、杨月欣、马玉霞、刘燕萍、王俊。

行业标准信息平台

食物血糖生成指数测定方法

1 范围

本标准规定了食物血糖生成指数的测定方法。
本标准适用于食物血糖生成指数测定及评估。

2 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

2.1

可利用碳水化合物 available carbohydrate; AC

生血糖碳水化合物

能在小肠消化吸收的碳水化合物，主要包括糖、淀粉（抗性淀粉除外）和部分具有生血糖作用的糖醇等。

附录表A.1为常见糖醇可利用碳水化合物转化量，附录表A.2中为不可利用的碳水化合物组分列表。

2.2

血糖应答 glucose response; GR

人体进食一定量受试食物后所引起的餐后血糖浓度的变化。

2.3

血糖应答曲线 glucose response curve

以时间为横坐标、餐后血糖浓度为纵坐标绘制的曲线。

2.4

血糖生成指数 glycemic index; GI

进食含目标量（通常为50 g）可利用碳水化合物的食物后，一段时间内（ ≥ 2 h）血糖应答曲线下面积相比空腹时的增幅除以进食含等量可利用碳水化合物的参考食物（葡萄糖）后相应的增幅，以百分数表示。

2.5

血糖负荷 glycemic load; GL

100 g或1份食物中可利用碳水化合物质量（g）与GI值的乘积/100。