

ข้อดีของ **LAEVOSAN** น้ำตาลฟรุกโตส **เมื่อเทียบกับสารสังเคราะห์ให้ความหวาน (Artificial Sweetener) อื่น ๆ**

รายละเอียด	LAEVOSAN น้ำตาลฟรุกโตส (Fructose) หรือน้ำตาลผลไม้	สารสังเคราะห์ให้ความหวาน หรือน้ำตาลเทียม
ส่วนประกอบหลัก	น้ำตาล ฟรุกโตส จากธรรมชาติ 100%	สารสังเคราะห์แอสปาแตม, ซอร์บิทอล, ฯลฯ
แหล่งที่มา	เป็นน้ำตาลผลไม้ตามธรรมชาติ Fruit Sugar ที่ได้จากน้ำผึ้ง หรือสกัดได้จากผลไม้ ผักและธัญพืช	สารสังเคราะห์
ระดับความหวาน	หวานกว่าน้ำตาลทราย 1.7 เท่า	หวานกว่าน้ำตาลทราย 200 เท่า
พลังงานได้รับ	3.75 กิโลแคลอรี / กรัม (kcal / gram)	เกือบ 0 กิโลแคลอรี / กรัม
การนำไปใช้	<p>- ใช้ในปริมาณ เพียงครึ่งหนึ่งของน้ำตาลทราย เนื่องจากให้รสหวานมากกว่า 1.7 เท่าของน้ำตาลทราย</p> <p>- ใช้ปรุงอาหารบนเตาร้อนได้ ผสมเครื่องดื่ม ใช้เหมือนน้ำตาลทรายปกติ หากผสมน้ำผลไม้ รสชาติเครื่องดื่มจะหอมหวานดีขึ้น หากทำขนมอบ สีขนมจะออกสีสวยน่ารับประทานยิ่งขึ้น</p> <p>*ควรใช้ในปริมาณที่เหมาะสม</p>	<p>ใช้ปริมาณน้อยมาก ส่วนใหญ่ผสมกับเครื่องดื่ม</p> <p>ไม่นิยมใช้ปรุงอาหารบนเตาร้อน เพราะสีอาหาร และรสชาติความหวานจะเปลี่ยนไป</p> <p>*ควรใช้ในปริมาณที่เหมาะสม</p>
คุณประโยชน์	<p>เหมาะสำหรับ</p> <p>- ผู้ป่วยเบาหวานที่ควบคุมน้ำตาลได้ (เบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลิน TYPE 2)</p> <p>เนื่องจากฟรุกโตส ไม่กระตุ้นการหลั่งอินซูลิน มีผลกระทบเพียงเล็กน้อยหรือแทบไม่มีผลเลยต่อระดับน้ำตาลในเลือด</p> <p>- ผู้ป่วยในระยะพักฟื้น ผู้สูงอายุ นักกีฬา และผู้ที่ชอบออกกำลังกาย</p> <p>เนื่องจาก ฟรุกโตสมีคุณสมบัติในการถูกเผาผลาญเป็นพลังงานได้อย่างรวดเร็ว ร่างกายจึงดูดซึมไปใช้งานได้ทันที ช่วยให้ผู้ป่วย รู้สึกสดชื่นได้เร็ว</p> <p>- ผู้ที่ใส่ใจต่อสุขภาพ และผู้ที่ต้องการควบคุมน้ำหนัก</p> <p>เนื่องจากให้รสหวานกว่าน้ำตาลทรายเกือบ 2 เท่า จึงใช้ปริมาณน้อยกว่าครึ่งหนึ่ง และฟรุกโตส ยังมีส่วนช่วยลดการสะสมของไขมัน และช่วยทำให้ปฏิกิริยาออกซิเดชันของคาร์โบไฮเดรตเป็นไปอย่างปกติและสมดุล</p>	<p>ผู้ที่ต้องการควบคุมน้ำหนัก</p> <p>- ให้ความหวาน แต่พลังงานต่ำมาก</p>
ข้อเสีย	ขึ้นง่าย	<p>- รสหวานไม่เหมือนน้ำตาลธรรมชาติ</p> <p>- เป็นสารสังเคราะห์ ไม่ใช่สารธรรมชาติ</p> <p>- แอสปาแตม อาจเป็นอันตรายต่อผู้ที่มีโรค Phenylketonuria</p>