



معهد دسمان للسكري  
Dasman Diabetes Institute



مركز  
Center

مؤسسة الكويت للتقدم العلمي  
Kuwait Foundation for the Advancement of Science

# بدائل السكر

بدائل السكر هي خيارات خالية أو منخفضة السعرات الحرارية، تستخدم كبديل للسكر في الأطعمة والمشروبات. تساعد على تقليل استهلاك السكر والتحكم في مستويات سكر الدم، خاصة لدى الأشخاص المصابين بمرض السكري أو الراغبين في تقليل السعرات الحرارية. وتعد أمانة عند استهلاكها ضمن الكميات المسموحة والمعتمدة من الجهات الصحية.

## الخصائص

## الأنواع المتوفرة

## نوع المحلي

بديل آمن للسكر

## الستييفيا

STEVIO  
GLYCOSIDES

ملاحظة:

لا يشمل أوراق الستييفيا أو مستخلص الستييفيا الخام

truvia

STEVIA  
IN THE  
RAW 100% NATURAL  
ZERO CALORIE  
SWEETENER

SweetLeaf  
Natural Stevia Sweetener



All Natural  
Zero Calorie Sweetener

ثابت حراريا

مستخلص من النبات

مناسب للمشروبات الساخنة والباردة

مناسب للخبز والطبخ

درجة الحلاوة مقارنة بسكر المائدة: 200-400 مرة

ثابت حراريا

مناسب للمشروبات الساخنة والباردة

مناسب للخبز والطبخ

درجة الحلاوة مقارنة بسكر المائدة: 200-700 مرة



SWEET'N LOW  
ZERO CALORIE SWEETENER



## السكرارين

SACCHARIN

ثابت حراريا

مناسب للمشروبات الساخنة والباردة

مناسب للخبز والطبخ

درجة الحلاوة مقارنة بسكر المائدة: 600 مرة

Splenda  
No Calorie Sweetener



## السكرلوز

SUCRALOSE

## الخصائص

- ◀ غير ثابت حراريا
- ◀ مناسب للمشروبات الباردة
- ◀ غير مناسب للخبز والطبخ
- ◀ درجة الحلاوة مقارنة بسكر المائدة: 200 مرة
- ◀ لا يناسب الأشخاص المصابين بمرض الفينيل كيتونيوريا (PKU)

## الأنواع المتوفرة



## نوع المحلي



الأسبرتام

ASPARTAME

◀ ثابت حراريا

- ◀ مناسب للمشروبات الساخنة والباردة
- ◀ مناسب للخبز والطبخ
- ◀ درجة الحلاوة مقارنة بسكر المائدة: 200 مرة

Sunett<sup>®</sup>  
Brand Sweetener



بوتاسيوم  
أسيسولفام

ACESULFAME  
POTASSIUM  
(ACE-K)

◀ ثابت حراريا

- ◀ مناسب للخبز والطبخ
- ◀ درجة الحلاوة مقارنة بسكر المائدة: 7000-13000 مرة
- ◀ يستخدم بكميات قليلة جدا لأنه شديد الحلاوة

NEOTAME

النيوتام

NEOTAME



FDA Safety Levels

يعد استخدام بدائل السكر خيارا مقبولا عند الحاجة، على أن يكون باعتدال وضمن الكميات المسموحة والمعتمدة من الجهات الصحية.

