РОССИЙСКАЯ ДИАБЕТИЧЕСКАЯ АССОЦИАЦИЯ

В последние годы МОО «Российская Диабетическая Ассоциация» (РДА) и Российская Диабетическая Газета уделяют особое и пристальное внимание оздоравливающе профилактическим диетам на основе растительных компонентов, включая вегетарианские и веганские диеты. РДА на основе стандартов организации внедрила маркировку продукции «Вегетарианский продукт»...

Поэтому мы продолжаем публикации о пользе таких образов питания для предотвращения метаболического синдрома.

По словам иранских исследователей Абдель Хамид эль Bilbeisi, и *др., опубликовавших свои данные* в журнале «Журнал народонаселения, здоровья и питания» , диетические модели азиатского стиля могут быть связаны с более низкой распространенностью диабета в секторе Газа.

Исследователи из Тегеранского университета из Института медицинских наук провели кросс-секционное исследование, чтобы определить влияние основных диетических моделей на пациентов с диабетом типа 2, а также их связь с осложнениями, возникающими в результате диабета в секторе Газа в Палестине.

Они набрали 1200 мужчин и женщин в возрасте от 20 до 64 лет, у которых ранее был обнаружен сахарный диабет типа 2. Пациенты получали помощь в центрах первичной

медико-санитарной помощи в секторе Газа.

Их диетические модели оценивались с помощью опросника по пищевой частоте, и опросника, основанный на интервью, использовался для записи дополнительной информации, такой как демографические данные и переменные данные в истории болезни. Впоследствии исследователи отметили наличие двух основных диетических моделей среди предметов исследования: азиатско-образный образец диеты, характеризующийся одновременно приёмом сладостей, безалкогольных напитков и закусок. Азиатская диета состояла из большого потребления цельного зерна, картофеля, бобов, бобовых, овощей и фруктов, а участники исследования, которые находились на этой диете, имели тенденцию проявлять более низкие шансы проявления симптомов метаболического синдрома, когда дело доходило до высокого кровяного давления, проблем с почками, сердечно – сосудистых заболеваний, проблем с конечностями (синдром диабетической стопы) и неврологических проблем (различные типы полинейропатий).

По словам исследователей, потребители на азиатском питании имели пониженный риск развития гипертонии, хотя *«не установлена достоверная связь между рисунком приёма сладостей / безалкогольных напитков / закусок с развитием осложнении диабета»*
.
Учёные также заявили, что существует *«значительная обратная связь между Азиатским трафаретом питания с почечными проблемами» (диабетическая нефропатия)*, а также с частотой заболевании сердца.

Кроме того исследователи написали: *«Результаты нашего исследования показали, что азиатская модель может быть связана с более низкой распространенностью поражений нижних конечностей и неврологическими проблемами»*
. Они добавили, что
«азиатская модель показала, что она является самой здоровой диетической моделью ... которую обычно рекомендуют в качестве здорового диетического режима с низким содержанием продуктов животного происхождения, насыщенных жиров, транс-жиров, холестерина и простого сахара, которые могут быть связаны с более высоким риском развития сахарного диабета и его осложнений»
.

Исследователи написали, что результаты исследования указывают на связь между диетой в азиатском стиле и *«более низкой распространенностью осложнений диабета среди пациентов с сахарным диабетом типа 2»* .

Они пришли к выводу, что хотя *«азиатская модель может быть связана с более низкой распространенностью осложнений диабета среди пациентов с диабетом типа 2 в секторе Газа, Палестины», «для подтверждения этих результатов необходимы дальнейшие исследования в будущем»*.

Источник: Журнал здоровья, народонаселения и питание
https://doi.org/10.1186/s41043-017-0115-z