Способность к обратному развитию диабета типа 2 (T2D – диабет 2 типа) посредством интенсивной программы управления весом доказана в новаторском исследовании, недавно опубликованном в The Lancet.

В силу особой важности сообщения редакция Российской Диабетической Газеты публикует первичный...

черновой перевод статьи до возвращения из новогоднего отпуска нашего референта-переводчика. С оргигиналом на английском языке можно ознакомиться перейдя по ссылке далее.

В течение 12 месяцев почти половина участников больше не страдала диабетом и была в состоянии прекратить лечение антидиабетическими препаратами, а во многих случаях препараты, снижающие кровяное давление, также были отменены нашли исследователи во главе с университетами Ньюкасла и Глазго.

Через 1 год чуть меньше четверти испытуемых потеряли 15 килограммов (кг) или более, а околополовины поддерживали потерю веса более 10 кг. Ремиссия была достигнута у 86% участников, которые потеряли 15 кг, в то время как 73% пациентов, потерявших по меньшей мере 10 кг, также изменили свой диабет.

Программа управления весом предоставлялась рутинным персоналом первичной

медико-санитарной помощи и не требовала специального лечения.

«Это важный момент для понимания и управления T2D. Это может быть отменено до нормального путем существенной потери веса », - прокомментировал со-ведущий исследователь профессор Рой Тейлор из Университета Ньюкасла.

«Это водораздел в понимании основной причины диабета типа 2 как причины содержания слишком много жира внутри печени и поджелудочной железы,» продолжал он . Сдвиг парадигмы, что «диабет не должен быть для жизни», повторил профессор Майкл Лин из Университета Глазго, который также возглавлял исследование.

«Наши результаты подтверждают, что диабет типа 2 продолжительностью до 6 лет не обязательно является постоянным, пожизненным. Потеря веса, достаточная для достижения ремиссии, может быть достигнута у многих людей с помощью основанной на фактических данных структурированной программы управления весом, предоставляемой персоналом первичной медико-санитарной помощи, не относящейся к специалистам, - писал он.

Потенциальная экономия затрат на здравоохранение, которая может быть достигнута путем развертывания программы на общенациональной основе, огромна.
«По одной оценке, общая стоимость составляет 14 миллиардов фунтов стерлингов в год. Наши выводы потенциально могут спасти значительную часть этого », - предположил Тейлор.

«Поскольку назначение таблеток для контроля уровня сахара в крови составляет более 1 млрд. Фунтов стерлингов в год в Великобритании, а так как количество таблеток артериального давления, требуемых в два раза по этой программе, потенциальные сбережения велики. Но наибольшая экономия придет в виде менее слепоты, менее ампутации и менее почечной недостаточности.»

«Многие люди будут иметь T2D в течение долгого времени, поэтому не все могут быть отменены до нормального уровня, но экономия до 1 млрд. Фунтов стерлингов в год в долгосрочной перспективе является осуществимой», - добавил он.

Значение для общественного здравоохранения
Детали исследования

Клиническое исследование ремиссии диабета (DiRECT) было открытым, кластерно-рандомизированное исследование. Это включало 298 пациентов, у которых был диагностирован T2D в течение предыдущих 6 лет. Субъекты варьировались от 20 до 65 лет и имели начальный индекс массы тела (ИМТ) в диапазоне от 27 до 45 кг / м .

Субъекты были рандомизированы на две группы: те, кто выполнял программу «Противовес плюс», и контролировали тех, кто получал рекомендации по лучшей практике. Группа вмешательства получала диету с очень низким содержанием калорий (около 850 калорий в день) в течение от 3 до 5 месяцев с последующим 2-8-недельным режимом регенерации пищи. Участники прекратили лечение антидиабетическими и антигипертензивными препаратами на первый день исследования. Целевыми результатами были достижение уровня гликированного гемоглобина A1c (HbA1c) менее 6,5% через 12 месяцев (определяемого как ремиссия T2D) и потери веса не менее 15 кг.

У пациентов с T2D результаты этого исследования имеют изменяющиеся в жизни последствия. «Первым шагом в управлении диабетом 2-го типа при диагнозе теперь должно стать объяснение индивидууму, что у них есть выбор - жизнь с диабетом и осложнениями или существенная потеря веса и долгосрочное уклонение от восстановления веса. Наркотики больше не должны быть первой линией », - сказал Тейлор.

В отличие от предыдущих исследований, направленных на борьбу с диабетом, основное внимание уделялось сокращению потребления калорий, а не дополнительным упражнениям. Хотя физическая активность важна в долгосрочной перспективе, слишком много упражнений изначально может привести к тому, что пациенты будут есть больше, чтобы компенсировать; - усложнять достижение устойчивой потери веса. По словам исследователей, устойчивость имеет решающее значение для успеха.

«Очень важно подчеркнуть, что существенную потерю веса можно достичь только за счет снижения потребления пищи и что во время потери веса следует избегать дополнительных упражнений. Это происходит из-за компенсаторного питания (частично сознательного и частично бессознательного) », -пояснил Тейлор. «Какая поддержка наиболее эффективна в том, чтобы помочь людям избежать восстановления веса? Это

очень важный вопрос ,потому что устойчивость имеет жизненно важное значение «Это [исследование] действительно просто начало», -продолжил Тейлор. Повышение осведомленности о результатах и о том, как они могут изменить жизнь, являются важными следующими шагами.

Воздействие на больных сахарным диабетом 2 типа? Следующие шаги

«Распространение новостей всеми возможными способами, что T2D является потенциально обратимым условием. Привлечение врачей первичной медико-санитарной помощи в Великобритании является для нас особым фокусом. Надеюсь, что это будет обсуждаться национальными организациями по диабету во всем мире », - сказал он.

С научной точки зрения, *«Мы должны знать гораздо больше о продуцирующих инсулин клетки (бета - клетки) и их де-дифференциации. Теперь простота диабета 2 типа была выявлена, основное внимание будет уделяться в будущем основной научной работы. «Текущие исследования будут отвечать на вопросы о том, останется ли диабет долгосрочным, а формальный экономический анализ экономики определит экономию затрат»* , - добавил Тейлор.
Тем не менее, реальное долгосрочное решение глобального ожирения и пандемии диабета заключается в том, чтобы меньше есть, - предположил Тейлор в заключение.

«Главный барьер - это политическая воля в противостоянии желаниям пищевой промышленности. Для того, чтобы воздействие на огромное давление на людей , чтобы поесть и поесть часто трудно будет необходимо решать , чтобы справиться с основной проблемой».

Источник: The Lancet Опубликовано на сайте: 5 декабря 2017. DOI: 10.1016 / S0140-6736 (17) 33102-1
«Первичная медицинская помощь под руководством управления весом ремиссии сахарногодиабета 2 типа (DIRECT): открытая метка, кластерное рандомизированное испытание».
Авторы: Майкл EJ Lean, Рой Тейлор и др.

Оригинал статьи опубликован на сайте журнала Lancet
http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(17)33102-1/fulltext?elsca1=tlpr