



Основной причиной смерти пациентов с сахарным диабетом 1 типа является почечная недостаточность. В РФ средняя продолжительность жизни мужчин с сахарным диабетом 1 типа составляет 50,3 года. Последние годы жизни больным диабетом приходится практически полностью исключать поваренную соль из рациона. Не лучше ли сделать это раньше?

Потребление соли напрямую связано с повышенным риском смерти, выяснила международная научная группа, в которую вошли сотрудники канадского Университета Калгари, Лондонского университета королевы Марии и других учреждений. Выводы ученых опубликованы в журнале International Journal Of Epidemiology.

Ученые провели исследование с участием 2974 пациентов в возрасте от 30 до 54 лет с повышенным артериальным давлением. Научная группа различными способами анализировала уровень натрия в образцах мочи пациентов, собранных в течение 24 часов за несколько дней.

За 24 года наблюдений умерли 272 участника эксперимента. Выяснилось, что существует линейная зависимость между потреблением соли и повышенным риском смерти.

РДА имеет ряд рекомендаций для слушателей [занятий в Клубе Школа здоровья психофизической саморегуляции им. Эрнесто Рома](#)

. Например, во многих блюдах возможно заменить соль на сухой чесночный порошок, посыпая им, например, пожаренную картошку.

РДА ведет переговоры с рядом производителей о вынесении на этикетку некоторых

товаров знака РДА с надписью «Рекомендовано Российской Диабетической Ассоциацией. Содержание поваренной соли снижено». Возможно, такие продукты будут позиционированы как [функциональные продукты](#) в торговых сетях.

Источник:

Errors in estimating usual sodium intake by the Kawasaki formula alter its relationship with mortality: implications for public health

Feng J He Norm R C Campbell Yuan Ma Graham A MacGregor Mary E Cogswell Nancy R Cook

International Journal of Epidemiology, dyy114, <https://doi.org/10.1093/ije/dyy114>