

COELIAKIÁS BETEGEK MEDITERRÁN DIÉTA ADHERENCIÁJA. PROSPEKTÍV, MULTICENTRIKUS VIZSGÁLAT (ARCTIC STUDY) EREDMÉNYEI

Vereczkei Z.¹, Fülöp P.², Lada S.³, Dakó S.⁴, Dakó E.⁴, Füstös D.⁴, Peresztegi M.⁵, Bajor J.²

¹ Pécsi Tudományegyetem, Általános Orvostudományi Kar, Transzlációs Medicina Intézet
² Pécsi Tudományegyetem Klinikai Központ, I. sz. Belgyógyászati Klinika
³ Szegedi Tudományegyetem, Szent-Györgyi Albert Klinikai Központ, Belgyógyászati Klinika
⁴ Semmelweis Egyetem, Általános Orvostudományi Kar, Sebészeti, Transzplantációs és Gasztroenterológiai Klinika
⁵ Pécsi Tudományegyetem, Általános Orvostudományi Kar

A kutatáshoz megnyert támogatás azonosítószáma: ÚNKP-23-3-II-PTE-1855

BEVEZETÉS

A coeliakia egy, a gluténfehérjék által előidézett, immunmediált szisztémás betegség, amely a populáció 1%-át érinti. A betegség, illetve a kezelésére szolgáló gluténmentes étrend kardiovaszkuláris és metabolikus hatásai ellentmondásosak. A jelenlegi irányelvek alapján a mediterrán étrend a legalkalmasabb a kardiovaszkuláris és metabolikus betegségek kockázatának csökkentésére, mind az elsődleges, mind a másodlagos prevenciót tekintve. Az optimális gluténmentes étrend a mediterrán diéta alapjaira épül (1. ábra).

CÉLKITŰZÉS

A legalább 1 éve gluténmentes étrendet követő coeliakiás betegek testösszetételének és mediterrán diéta adherenciájának felmérése.

MÓDSZEREK

A testösszetétel mérést InBody 770 készülékkel végeztük, a mediterrán diéta adherenciát 14 pontos kérdőívvel vizsgáltuk (2. ábra). Az adatokat leíró statisztika segítségével elemeztük, illetve az egyes mutatók közötti összefüggések vizsgálatára Spearman-féle rangkorrelációt alkalmaztunk, az eredményeket átlag±szórás formájában fejeztük ki.

EREDMÉNYEK

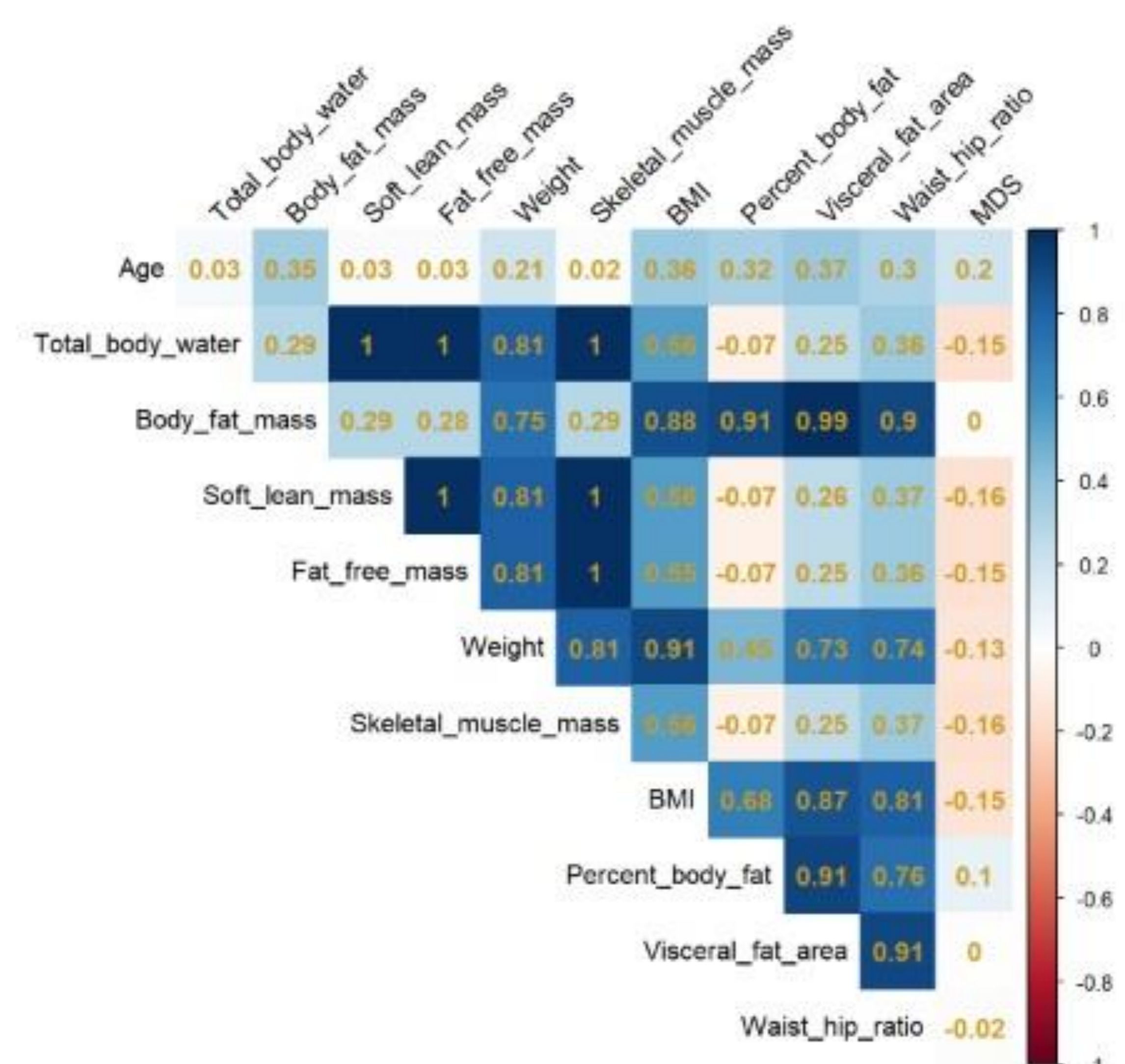
Vizsgálatunkban 105 coeliakiás beteg (84 nő, 21 férfi, átlagéletkoruk 36±13 év) vett részt. A testösszetételüket tekintve az átlag testtömeg 68±17 kg, a BMI 23,9±5,5 kg/m², a derék-csípő hányados 0,89±0,07, a testzsír százaléka 27±10 %, az vázizom tömeg 27±7 kg, a viscerális zsír terület 89±50 cm² volt. A gluténmentes étrendet tartó coeliakiás betegek mediterrán diéta adherenciája alacsonynak bizonyult (5,44±1,54 pont), mely a teljes kiőrlésű gabonaféle (34,3%), hal (22,9%), avokádó (13,4%) és étkezéshez kötött vörösbor (29,5%) elvártnál kisebb mértékű fogyasztására vezethetőek vissza.

KÖVETKEZTETÉSEK

Annak ellenére, hogy a testösszetétel paraméterek és az adherencia mértéke között nem mutatkozott összefüggés (3. ábra), a coeliakiás betegek emelkedett derék-csípő hányadossal és viscerális zsírral rendelkeznek, továbbá elégtelen mennyiségű a rost, hal és vörösbor fogyasztásuk. Adataink alapján a gluténmentes étrend megtartása mellett a rostfogyasztás növelése és a mediterrán diéta betartása szükséges a kardiovaszkuláris és metabolikus szövődmények prevenciója érdekében, amelyre a betegkövetés során kell felhívni a figyelmet.



Tételek	Egységek	1 pont	0,5 pont	0 pont
1. Zöldségek (a burgonya nem számít bele)	Adagok naponta	≥3	1-3	<1
2. Szárazhüvelyesek és diófélék	Adagok hetente	≥2	1-2	<1
3. Gyümölcsök	Adagok naponta	>2	1-2	<1
4. Teljes kiőrlésű gabonafélék	Adagok naponta	≥2	1-2	<1
5. Sovány húsok	Adagok hetente	>4	2-4	<2
6. Halak	Adagok hetente	>2	1-2	<1
7. Zsíros húsok és húskészítmények	Adagok hetente	<1	1-2	>2
8. Magas zsírtartalmú, nem fermentált tejtermékek	Adagok naponta	<1	1-2	≥2
9. Alacsony zsírtartalmú és fermentált tejtermékek	Adagok naponta	≥2	1-2	<1
10. Növényi olajok	Teáskanál naponta	4-8	2-4	>8 vagy <2
11. Olíva és repcse olaj	Teáskanál naponta	>3	1-3	<1
12. Avokádó	Darab hetente	>3	0,5-3	<0,5
13. Cukor	Teáskanál naponta	<4	4-8	>8
14. Bor	Pohár naponta	Nők: ≤1 Férfiak: ≤2 mérsekelt alkoholfogyasztás általában étkezéssel együtt	Nők: ≤1 Férfiak: ≤2 mérsekelt alkoholfogyasztás ritkán étkezéssel együtt	Nők: >1 Férfiak: >2 vagy nem ivók



1. ábra A mediterrán táplálkozási piramis

2. ábra Mediterrán diéta adherencia kérdőív

3. ábra Adherencia és a testösszetétel paraméterek összefüggése