



یافته‌های محققان ایرانی درباره تأثیر دوغ غنی شده با ویتامین D در بیماران دیابتی

محققان ایرانی موفق به تأیید اثربخشی دوغ غنی شده با ویتامین D در بیماران مبتلا به دیابت شدند.

محققان ایرانی موفق به تأیید اثربخشی دوغ غنی شده با ویتامین D در بیماران مبتلا به دیابت شدند. به گزارش خبرنگار پژوهشی خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، کمبود ویتامین D یکی از نکات مورد توجه در سیستم‌های بهداشتی محسوب می‌شود. مطالعات فراوانی، شیوع گسترده کمبود و عدم کفایت این ویتامین در افراد سالم و بیمار را نشان می‌دهد. بر اساس برآوردها، یک میلیارد نفر در جهان به درجاتی از کمبود ویتامین D مبتلا هستند. دیابت نیز یکی از شایع‌ترین اختلالات غدد درون‌ریز در سراسر دنیاست و در این بین، دیابت نوع 2 با افزایش مرگ و میر و کاهش کیفیت زندگی همراه بوده و بنابراین، بار اقتصادی زیادی را بر سیستم‌های بهداشتی و جامعه تحمیل می‌کند. این بیماری ممکن است با علائمی همچون کوری، مشکلات کلیوی، بیماری‌های قلبی و نوروپاتی ظاهر شود. دکتر بهاره نیکویه، محقق انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی و همکاران وی، در یک طرح تحقیقاتی، اثر مصرف روزانه این دوغ غنی شده با ویتامین D و نیز توام با ویتامین D و کلسیم را بر نماگرهای تن‌سنجی و گلیسمی در بیماران مبتلا به دیابت نوع 2 مورد بررسی قرار دادند.

وی در گفت‌وگو با خبرنگار علمی ایسنا گفت: مطالعات آینده‌نگر، بین مصرف کلسیم و ویتامین D دریافتی با کاهش خطر بروز دیابت یک ارتباط منفی را نشان می‌دهد.

نیکویه خاطر نشان کرد: مشاهدات مذکور، منجر به این عقیده شده است که بهبود وضعیت ویتامین D و کلسیم در بیماران مبتلا به دیابت نوع 2 می‌تواند با بهتر شدن وضعیت گلیسمی آن همراه باشد.

وی در ادامه، درباره جزئیات این طرح تحقیقاتی افزود: این مطالعه در فصول پاییز و زمستان سال 1388 انجام شده است چرا که در این دوره از سال با توجه به عرض جغرافیایی شهر تهران، پوشش زمستانی افراد و زاویه تابش خورشید، سنتز پوستی ویتامین D حداقل است.

نیکویه با بیان این که کارآزمایی بالینی اثر مصرف دوغ غنی شده با ویتامین D بر روی 90 بیمار مبتلا به دیابت نوع 2 انجام شده است، گفت: افراد مورد بررسی در این تحقیق، به صورت تصادفی به سه گروه تقسیم شدند؛ گروه اول دریافت کننده دوغ ساده، گروه دوم، دریافت کننده دوغ غنی شده با ویتامین D و گروه سوم، دریافت کننده دوغ غنی شده با ویتامین D و کلسیم بودند.

وی گفت: از بیماران خواسته شد روزانه و به مدت 12 هفته یک بطری دوغ در وعده نهار و یک بطری دوغ در وعده شام (روزانه 2 بطری دوغ 250 میلی‌لیتری) مصرف کنند.

به گفته نیکویه، نتایج مطالعه نشان داد: مصرف روزانه دوغ غنی شده با ویتامین D با یا بدون کلسیم، وضعیت تن‌سنجی و گلیسمی بیماران دیابتی نوع 2 را بهبود می‌بخشد.

به گزارش ایسنا این طرح تحقیقاتی، با راهنمایی دکتر تیرنگ نیستانی و همکاری مریم‌السادات فروید، حمید علوی مجد، آناهیتا هوشیار راد، علی کلایی، نسترن شریعت‌زاده، ملیحه زاهدی راد، نیما طیبی نژاد، سودابه هروی و شبنم سالک زمانی در انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی کشور انجام شده است.

از این طرح تحقیقاتی مقاله‌ای در ژورنال معتبر تغذیه بالینی امریکا (Am J Clin Nutr، 6.5=IF)، در سال 2011 منتشر شده است (Am J Clin Nutr 2011;93:76471)

این طرح تحقیقاتی همچنین برنده بخش محققین جوان نوزدهمین جشنواره تحقیقاتی علوم پزشکی رازی شده است.