

بررسی عادات غذایی بیماران دیابتی نوع دو مراجعه کننده به

درمانگاه دیابت اردبیل

فاطمه قنادی اصل^۱؛ دکتر منوچهر ایران پرور^۲

^۱نویسنده مسئول: کارشناس ارشد علوم تغذیه، مرکز بهداشت، درمان و مشاوره دانشجویی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

E-mail: Nazi_ghanadi@yahoo.com

^۲دانشیار گروه غدد درون ریز و متابولیسم، دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی اردبیل

چکیده

زمینه و هدف: انطباق با رژیم دیابتی، یکی از مهمترین جنبه های مراقبتی بیماران دیابتی است. معمولاً پذیرش رژیم دیابتی بر حسب میزان مصرف توضیح داده می شود. این مطالعه به منظور شناسایی عادات غذایی بیماران دیابتی نوع دو به بررسی شاخص هایی از مصرف برخی غذاها که بیماران دیابتی توصیه به مصرف یا محدودیت مصرف آنها می شوند، توسط پرسشنامه بسامد خوراک انجام گردید.

روش کار: به این منظور ۲۲۸ بیمار دیابتی نوع دو به روش نمونه گیری تصادفی از بین مراجعین سرپایی درمانگاه دیابت اردبیل انتخاب شدند.

یافته ها: در این مطالعه ۸۷/۸٪ زنان و ۷۷/۱٪ مردان پیروی از یک رژیم دیابتیک را گزارش کردند. عادات غذایی این بیماران حاکی از آگاهی آنها از محدودیت مصرف قندهای ساده بود. بیماران بسامد کمتری از مصرف غذاهای حاوی قندهای ساده (عسل، مربا و نوشابه) را گزارش کردند. همچنین سبب زمینی در بین ۵۸/۸٪ زنان و ۷۴/۲٪ مردان مصرف می شد. ۴۳/۸٪ موارد به همراه چای از توت خشک استفاده می کردند.

نتیجه گیری: یافته های مطالعه حاکی از این است که باید توجه بیشتری روی مشاوره، آموزش و پیگیری اصلاحات رژیمی بیماران دیابتی صورت گیرد.

کلمات کلیدی: دیابت ملیتوس نوع دو، عادات غذایی، رژیم دیابتی

دریافت: ۸۶/۱۲/۲۳ پذیرش: ۸۸/۷/۲۷

مقدمه

دیابت ملیتوس به عنوان شایعترین بیماری آندوکراین محسوب می شود [۱]. علت عمده مرگ و میر بیماران دیابتی عوارض عروقی است که معمولاً سرخرگهای کاروتید، کرونر و محیطی را تحت تأثیر قرار می دهد. این بیماری شایعترین علت نارسایی کلیه، نابینایی، قطع عضو غیر تروماتیک و نوروپاتی می باشد [۲]. ابتلا به هریک از این عوارض علاوه بر کاهش میزان بقا و بهره وری در جامعه باعث صرف هزینه های هنگفت در سیستم های بهداشتی درمانی

می شود [۳]. تحقیقات مختلف و از جمله DCCT^۱ وجود ارتباط بین کنترل متابولیسم با پیشگیری و یا به تأخیر انداختن بسیاری از عوارض دیابت را ثابت کرده اند [۴]. از بین راهبردهای اصلی کنترل دیابت، رژیم درمانی به علت کم هزینه، موثر و بی ضرر بودن آن مزیت های فراوانی را به دنبال دارد [۵]. انجمن دیابت آمریکا در طی سالهای اخیر یک سری اصول تغذیه ای را برای بیماران دیابتی منتشر کرده است که اهداف آن نگهداری نزدیک به نرمال قند

^۱ The Diabetic Control and Complications Trial