



## تأثیر رژیم کوتاه مدت DASH بر پیامدهای بارداری در دیابت بارداری: یک مطالعه کارآزمایی بالینی تصادفی سازی شده

سپیده رحمانی<sup>۱</sup>، مهدی صادقیان<sup>۲</sup>، ذات الله عاصمی<sup>۳</sup>، پروانه صانعی<sup>۴</sup>، احمد اسماعیل زاده<sup>۵</sup>

۱- کارشناس ارشد، تغذیه، مرکز تحقیقات امنیت غذایی، گروه تغذیه جامعه، دانشکده تغذیه و علوم غذایی، دانشگاه

علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران

۲- دانشجوی دکتری تغذیه، دانشکده پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز، اهواز، ایران

۳- استادیار، مرکز تحقیقات بیوشیمی و تغذیه در بیماری‌های متابولیک، دانشگاه علوم پزشکی کاشان، کاشان، ایران

۴- استادیار، مرکز تحقیقات امنیت غذایی، گروه تغذیه جامعه، دانشکده تغذیه و علوم غذایی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

۵- استاد، دکتری تخصصی تغذیه، مرکز تحقیقات دیابت، موسسه علوم بالینی متابولیسم و غدد، دانشگاه علوم پزشکی

تهران، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

### چکیده

**هدف:** مطالعه حاضر به منظور بررسی اثر رژیم غذایی جهت توقف فشار خون یا DASH بر پیامدهای حاصل از بارداری زنان باردار مبتلا به دیابت بارداری (GDM) انجام شده است. **روش‌ها:** این کارآزمایی بالینی تصادفی سازی شده بر روی ۵۲ خانم با تشخیص دیابت بارداری انجام شده است. بیماران به طور تصادفی به دو گروه کنترل (۲۶ نفر) و گروه رژیم DASH (۲۶ نفر) به مدت ۴ هفته تقسیم شدند. رژیم غذایی با محتوای ۴۵-۵۵٪ کربوهیدرات، ۲۰-۱۵٪ پروتئین و ۳۰-۲۵٪ چربی دریافت نمودند. رژیم غذایی گروه DASH غنی از میوه ها، سبزیجات، غلات کامل و محصولات لبنی کم چرب و دارای مقادیر کمتری از چربی های اشباع، کسترول و غلات تصفیه شده با مقادیر سدیم ۲۴۰۰ mg/d بوده است. تعداد زنانی که بعد از مداخله تغذیه ای، درمان انسولینی دریافت نمودند، همچنین نوع زایمان و میزان افزایش مایع آمنیوتیک (polyhydramnios) ارزیابی گردید. قد، وزن و دورسر نوزادان در طول ۲۴ ساعت اول تولد اندازه گیری شد. **یافته ها:** ۸/۸٪ گروه کنترل نیاز به سزارین داشتند درحالیکه این مقدار در گروه مداخله ۴۶/۲٪ (P=0.01) بود. همچنین درصد افرادی که نیاز به شروع انسولین درمانی بعد از مداخله داشتند، به طور معنی داری میان دو گروه متفاوت بود (۲۳٪ برای گروه مداخله و ۷۳٪ برای گروه کنترل P<0.001). نوزادان متولد شده از مادران تحت رژیم DASH در مقایسه با نوزادان متولد شده از مادران گروه کنترل به طور معنی داری وزن کمتر (۳۲۲۲/۷ گرم در مقابل ۳۸۱۸/۸ گرم، P<0/001)، دور سر کمتر (۳۴/۲ سانتی متر در مقابل ۳۵/۱ سانتی متر، P=0.01) و معیار پاندرال (ponderal) کمتر (۲/۵ Kg/m<sup>3</sup> در مقابل ۲/۸۷ Kg/m<sup>3</sup>، P<0/0001) داشتند. **نتیجه گیری:** مصرف رژیم DASH به مدت ۴ هفته در زنان باردار مبتلا به GDM منجر به بهبود پیامدهای حاصل از بارداری شد.

**واژگان کلیدی:** DASH، پیامدهای بارداری، دیابت بارداری، نوزاد، رژیم غذایی