

بررسی تأثیر آموزش تغذیه بر کنترل متابولیک و آگاهی، نگرش و عملکرد بیماران مبتلا به دیابت نوع ۱ شهرستان الیگودرز

نادیا رضایی^۱، فریده طاهباز^۲، مسعود کیمیگر^۳، حمید علوی مجد^۳

خلاصه

سابقه و هدف: روشهای پزشکی - تغذیه ای در بیماران مبتلا به دیابت نوع ۱ از بروز و پیشرفت عوارض جلوگیری می کند. این بررسی با هدف تعیین تأثیر آموزش تغذیه بر کنترل متابولیک مبتلایان به دیابت نوع ۱ در شهرستان الیگودرز در خردادماه سال ۱۳۸۱ اجرا شد. **مواد و روشها:** این بررسی بعد از بیماریابی در مراکز بهداشتی در الیگودرز، به صورت نیمه تجربی خود - شاهدهی (self-control) بر روی افراد شرکت کننده انجام گردید. تن سنجی، تکمیل پرسشنامه های مصرف مواد غذایی و ارزیابی دانش، نگرش و عملکرد یا KAP Knowledge, Attitude and Practice نمونه ها توسط کارشناس تغذیه و اندازه گیری فراسنجهای بیوشیمیایی با روشهای استاندارد، قبل و بعد از ۳ ماه آموزش تغذیه انجام شد. از آزمونهای آماری t مزدوج و مک نما برای مقایسه نتایج استفاده گردید. **یافته ها:** در ۳۰ بیمار مورد بررسی قند خون ناشتا از $12/61 \pm 239/84$ به $91/02 \pm 183/74$ میلی گرم در دسی لیتر و مقدار کلسترل تام از $23 \pm 60/86$ به $22/24 \pm 163/86$ میلی گرم در دسی لیتر کاهش یافت ($p < 0/001$). درصد هموگلوبین گلیکوزیله، کلسترل LDL پلاسما و پروتئین ادرار ۲۴ ساعته پس از آموزش به طور معنی داری کاهش یافتند ($p < 0/001$). همچنین کراتینین سرم نیز کاهش نشان داد ($p < 0/001$). پس از آموزش، مقدار کلسترل مصرفی در رژیم غذایی به طور معنی دار کاهش ($p < 0/01$) مقدار فیبر غذایی، ویتامین C و فولات به طور معنی داری افزایش یافتند ($p < 0/001$). میانگین نمره آگاهی و میانگین نمره عملکرد نیز به طور معنی داری افزایش یافتند ($p < 0/001$). **نتیجه گیری:** یافته های این مطالعه اهمیت آموزش تغذیه را برای کنترل متابولیک بهتر بیماران مبتلا به دیابت نوع ۱ روشن می سازد. به نظر می رسد با ایجاد یک مرکز دیابت در شهرستانهایی مانند الیگودرز بتوان بیماران را بطور مداوم تحت مراقبت و آموزش قرار داد. **واژگان کلیدی:** آموزش تغذیه، دیابت نوع ۱، کنترل متابولیک، آگاهی، نگرش، عملکرد

۱- کارشناس ارشد علوم تغذیه، معاونت غذا و دارو، دانشگاه علوم پزشکی لرستان

۲- استادیار، دانشکده علوم تغذیه و صنایع غذایی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، گروه تغذیه انسانی

۳- استادیار، دانشکده پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، گروه آمار

تاریخ دریافت مقاله: ۸۴/۲/۲۱

پاسخگو: فریده طاهباز

تاریخ تایید مقاله: ۸۴/۵/۲۵

ک لرستان، دانشگاه علوم پزشکی لرستان

مقدمه

شناخت و آگاهی بیماران دیابتیک در زمینه اصول صحیح تغذیه و گزینش مواد خوراکی، رعایت دقیق الگوی درمان، تغییر مناسب شیوه زندگی و مراقبتهای بهداشتی و روانی، در تنظیم متابولیسم و کنترل متابولیک آنها نقش دارد و می تواند از بروز عوارض کوتاه مدت پیشگیری کرده پیشرفت عوارض درازمدت دیابت را به تأخیر اندازد (۴). با توجه به اینکه در زمینه ارتباط شناخت بیماری دیابت و بهبود کنترل متابولیک بیماران نتایج متفاوتی منتشر شده است (۵) و به دلیل این که افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ به خاطر تزریق انسولین، محدودیتهای رژیم غذایی را کمتر می پذیرند، اکثر برنامه های آموزشی در ایران در جهت افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ انجام گرفته است، بنابراین به منظور بررسی وضعیت پزشکی تغذیه ای بیماران دیابتی نوع ۱ و تعیین تأثیر آموزش تغذیه بر

بیماری دیابت نوع ۱ عوارض حاد و مزمن زیادی نظیر اختلالات بینایی، کلیوی، قلبی - عروقی و عصبی دارد که منجر به نابینایی، نارسایی شدید کلیه، سکته قلبی یا مغزی و قطع عضو می شوند و در صورت عدم برخورد مناسب پزشکی و تغذیه ای با آن، مشکلات پیشماری برای مبتلایان به وجود خواهد آمد (۱). اغلب بیماران مبتلا به دیابت نوع ۱ عملاً توجهی به دستورات تغذیه ای ندارند به طوری که در کشورهای آسیایی و سایر جوامع تنها کمتر از نصف بیماران، استفاده از رژیم غذایی تجویز شده را به عنوان قسمتی از درمانشان پذیرفته اند (۲).

فدراسیون بین المللی دیابت معتقد است که با آموزش مناسب می توان تا ۸۰ درصد عوارض دیابت را کاهش داد (۳).