

بررسی تاثیر چربی رژیم غذایی بر فاکتورهای انعقادی افراد سالم

علی نعمتی^۱، دکتر حسین علیمحمدی اصل^۲، حمدالله پناهپور^۳، دکتر سید هاشم سزاوار^۴

چکیده

زمینه و هدف: غذاهای سرشار از چربی ممکن است خطر لخته شدن خون و حملات قلبی را افزایش دهند، همچنین چربی زیاد رژیم غذایی به نحو خطرناکی عوامل انعقادی را افزایش می دهد که این امر ممکن است خطر مرگ ناشی از بیماری های قلبی و حملات قلبی را بالا ببرد. هدف از این مطالعه، بررسی تاثیر چربی اشباع (کره) و غیر اشباع (روغن آفتابگردان) رژیم غذایی بر عوامل انعقادی مانند فیبرینوژن، فاکتور هفت و نیز زمان سیلان (Bleeding Time)، تری گلیسرید و کلسترول سرم بود.

روش کار: این بررسی یک کارآزمایی بالینی است که در دانشگاه علوم پزشکی اردبیل در سال ۱۳۸۱ بر روی ۴۶ نفر مذکر با محدوده سنی ۱۸-۲۸ سال انجام شد. این افراد به دو گروه تقسیم شدند. به گروه اول روزانه ۳۰ گرم کره و به گروه دوم روزانه ۳۰ گرم روغن آفتابگردان بمدت دو هفته داده شد. قبل از مصرف کره و روغن آفتابگردان و در انتهای هفته اول و دوم نمونه خونی جهت آزمایش های فیبرینوژن، فاکتور هفت، کلسترول، زمان سیلان و تری گلیسرید بعمل آمد. در طول انجام تحقیق یاد آمد خوراک ۲۴ ساعته سه روز در هفته گرفته شد. داده های بدست آمده توسط نرم افزار SPSS و Food Processor مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته ها: نتایج نشان داد که فاکتور هفت انعقادی در پایان هفته اول و دوم پس از مصرف کره افزایش یافت ($p < 0/05$) ولی هیچ تغییر معنی داری در میزان فاکتور هفت بدنبال مصرف روغن آفتابگردان مشاهده نشد. BT در انتهای هفته اول و دوم پس از مصرف کره کاهش یافت که کاهش BT در انتهای هفته اول از نظر آماری معنی دار بود ($p < 0/05$). میزان BT در پایان هفته دوم بدنبال مصرف آفتابگردان افزایش معنی داری را نشان داد ($p < 0/05$). در گروه مصرف کننده کره میزان فیبرینوژن خون در انتهای هفته اول و دوم کاهش یافت ($p < 0/05$) ولی در گروه مصرف کننده روغن آفتابگردان تغییر معنی داری در میزان فیبرینوژن سرم در انتهای هفته اول و دوم مشاهده نشد. هیچ اختلاف معنی داری در میزان تری گلیسرید و کلسترول سرم بدنبال مصرف کره مشاهده نشد ولی بدنبال مصرف روغن آفتابگردان کاهش معنی داری در میزان کلسترول خون در انتهای هفته اول مشاهده شد ($p < 0/05$).

نتیجه گیری: مصرف چربی اشباع (کره) در کوتاه مدت می تواند برخی از عوامل انعقادی خون را تغییر دهد و مصرف روغن نباتی آفتابگردان ممکن است بتواند میزان کلسترول خون را کاهش داده و سبب طولانی شدن زمان سیلان خون گردد.

واژه های کلیدی: چربی اشباع، چربی غیر اشباع، عوامل انعقادی

۱ - مؤلف مسئول: مربی تغذیه دانشکده پزشکی - دانشگاه علوم پزشکی اردبیل

۲ - مربی میکروبیولوژی دانشکده پزشکی - دانشگاه علوم پزشکی اردبیل

۳ - مربی فیزیولوژی دانشکده پزشکی - دانشگاه علوم پزشکی اردبیل

۴ - استادیار قلب و عروق دانشکده پزشکی - دانشگاه علوم پزشکی اردبیل