

یافته محققان هلندی؛ تاثیر رژیم غذایی مدیترانه ای به حفظ عملکرد کلیه بعد از پیوند کلیه



مطالعه جدید نشان می دهد پیروی از رژیم غذایی سبک مدیترانه ای از عملکرد کلیه ها بعد از پیوند کلیه حفاظت می کند.

به گزارش خبرنگار مهر، پیوند کلیه روشی برای حفظ جان بیمار است، اما به گفته محققان، معمولاً در مدت ۱۰ سال بعد از پیوند، در بیش از یک سوم دریافت کنندگان پیوند عملکرد کلیه از کار می افتد.

محققان دانشگاه گرونیگن هلند در این مطالعه به بررسی رژیم غذایی مدیترانه ای بر عملکرد کلیه افراد دریافت کننده کلیه پرداختند. رژیم غذایی مدیترانه ای سرشار از ماهی، میوه، سبزیجات، حبوبات، مغزیجات آجیلی و روغن زیتون و مصرف بسیار کم لبنیات و گوشت است.

در این مطالعه، بیش از ۶۰۰ دریافت کننده پیوند کلیه پرسشنامه ای در مورد تغذیه شان تکمیل کردند.

در طول ۵ سال پیگیری وضعیت این افراد، کلیه بیش از ۱۱۹ بیمار از کار افتاد و ۷۶ نفر دچار نارسایی کلیه شدند.

محققان در مورد میزان پیروی این افراد از رژیم غذایی مدیترانه ای امتیازی بر اساس عدد ۹ می‌دادند. آنها دریافتند به ازای افزایش هر ۲ نمره در پیروی از رژیم غذایی مدیترانه ای توسط بیماران، ریسک کاهش عملکرد کلیه تا ۲۹ درصد و ریسک نارسایی کلیه تا ۳۲ درصد کاهش یافته بود.

دکتر «آنتونیو گومز نتو»، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می‌گوید: «شواهد قبلی تأثیر فواید رژیم غذایی مدیترانه ای را بر سلامت قلب و عروق و کلیه‌ها نشان داده بود. در این مطالعه، ما مشاهده کردیم دریافت کنندگان پیوند کلیه که بیشترین پیروی را از رژیم غذایی مدیترانه ای داشتند کمتر با از بین رفتن عملکرد کلیه پیوندی مواجه بودند.»

سرویس خبری: علمی و تغذیه و سلامت