

# دیابت نوع دو را چگونه کنترل کنیم؟

12 بهمن 1403

یک کارآزمایی بالینی کوچک می گوید افراد می توانند دیابت نوع ۲ خود را از طریق ترکیبی از کاهش کالری و دارو معکوس کنند.

محققان گزارش دادند که بزرگسالان دارای اضافه وزن و چاق که دیابت دارند با رژیم غذایی دارای کالری پایین و مصرف داروی دیابت داپاگلیفلوزین، می توانند دیابت خود را بهبود بخشند.

پس از گذشت یک سال، حدود ۴۴٪ از شرکت کنندگان در پی پیروی از این ترکیب دیابت نوع ۲ شأن در حال بهبودی بود، در مقایسه با ۲۸٪ گروهی که دارونما را به جای داپاگلیفلوزین مصرف کردند.

تیم تحقیقات به سرپرستی دکتر «شیائینگ لی»، مدیر غدد درون ریز و متابولیسم بیمارستان ژونگشان در دانشگاه فودان چین، یک استراتژی عملی برای دستیابی به بهبودی برای بیماران مبتلا به دیابت نوع ۲ ارائه می کند.

Dapagliflozin یک مهار کننده سدیم گلوکز همزمان ۲ (SGLT۲) است. این دارو با جلوگیری از جذب قند خون در کلیه ها، به درمان دیابت کمک می کند. در عوض، گلوکز اضافی از طریق ادرار دفع می شود.

برای این مطالعه، محققان بیش از ۳۰۰ نفر را در چین که کمتر از شش سال دیابت نوع ۲ داشتند تحت بررسی قرار دادند. شرکت کنندگان بین ژوئن ۲۰۲۰ و ژانویه ۲۰۲۳ بکار گرفته شدند.

از همه شرکت کنندگان خواسته شد تا کالری روزانه خود را بین ۵۰۰ تا ۷۵۰ کالری کاهش دهند و از نظر جسمی نیز فعال باشند. ۱۵۰ دقیقه پیاده روی سریع هر هفته یا بیش از ۱۰ هزار قدم در روز.

علاوه بر این، شرکت کنندگان به طور تصادفی به مصرف Dapagliflozin یا دارونما اختصاص داده شدند.

در کل، ۴۴٪ از افرادی که داپاگلیفلوزین را همراه با سایر اقدامات مصرف کردند، دیابت شأن بهبود یافت.

آنها همچنین وزن بیشتری را از دست دادند.

محققان افزودند: بیماران دریافت کننده داپاگلیفلوزین همچنین فشار خون و سطح کلسترول بهتری داشتند.

نتایج نشان می دهد که مهار کننده های SGLT-۲ مانند Dapagliflozin می توانند به افراد مبتلا به دیابت کمک کنند بدون نیاز به کاهش کالری، وزن خود را کاهش دهند.

به گفته محققان، دستیابی به بهبودی از طریق محدودیت کالری به افراد بیشتری اجازه می‌دهد تا به راحتی دیابت خود را به بهبودی برسانند.