

رژیم غذای "یویو" به کلیه ها آسیب می رساند

26 بهمن 1403

یک مطالعه جدید هشدار می دهد که رژیم غذایی یویو که کاهش و افزایش وزن مکرر است، می تواند به طور قابل توجهی خطر بیماری کلیوی را در افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ افزایش دهد.

هلت دی نیوز، محققان گزارش کردند که افراد دیابتی با نوسانات وزنی بیشتر، ۴۰ درصد کاهش در توانایی کلیه خود برای فیلتر کردن سموم از خون را تجربه کردند.

دکتر «ماریون کاموین»، سرپرست تیم تحقیق از مرکز بیمارستانی دانشگاه بوردو در فرانسه، در یک بیانیه خبری گفت: «ما نشان دادیم که تغییرپذیری بالا در وزن با افزایش خطر پیامدهای مختلف پیشرفت بیماری کلیوی دیابتی در افراد مبتلا به دیابت نوع ۱، مستقل از عوامل خطر سنتی این بیماری مرتبط است.»

کاموین افزود: «طبق اطلاعات ما، این اولین مطالعه‌ای است که این ارتباط را نشان می‌دهد.»

محققان در یادداشت‌های پس‌زمینه‌ای می‌گویند که ۳۵ درصد از مردان و ۵۵ درصد از زنان رژیم غذایی یویو دارند و نشان داده شده است که این الگوی کاهش وزن و بازیابی خطر ابتلاء به بیماری‌های قلبی را هم در افراد سالم و هم در افراد مبتلا به دیابت افزایش می‌دهد.

به گفته محققان، دیابت نوع ۱ مدت‌هاست که به عنوان یک بیماری افراد لاغر در نظر گرفته می‌شود، اما به گفته محققان، چاقی در این گروه و همچنین عموم مردم رایج‌تر شده است.



برای این مطالعه، محققان اطلاعات شش سال وزن بدن بیش از ۱۴۰۰ نفر را که در یک مطالعه طولانی مدت سلامت دیابت شرکت کرده بودند، بررسی کردند.

این تیم نوسانات وزن را با شش معیار مقایسه کرد که نشان می‌دهد کلیه‌های فرد چقدر خوب کار می‌کنند.

عملکرد کلیه در بین افرادی که رژیم یویو داشتند کاهش یافت و همچنین احتمال افزایش سطح پروتئین آلبومین در ادرار آنها بیشتر بود. مقادیر بیشتری از پروتئین در بیماران مبتلا به بیماری کلیوی رخ می‌دهد.

به گفته محققان، دقیقاً مشخص نیست که چرا کاهش مکرر وزن و به دست آوردن مجدد آن به سلامت کلیه آسیب می‌رساند. با این حال، آنها اشاره کردند که انسولین مورد استفاده برای درمان دیابت نوع ۱ می‌تواند در چرخه وزن بدن نقش داشته باشد.

برخی محققان دیگر این نظریه را مطرح کرده اند که رژیم غذایی یویو می‌تواند بر قلب فشار وارد کند و منجر به آسیب کلیه‌ها و عروق خونی شود. محققان نتیجه گیری کردند: «راهبردهای کاهش وزن در افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ باید بر حفظ وزن طولانی مدت تمرکز کنند، زیرا ثبات وزن ممکن است تأثیر مثبتی بر نتایج سلامتی داشته باشد».