

Πρωτότυπες εργασίες

Η συμμόρφωση στη διαίτα ασθενών με σακχαρώδη διαβήτη τύπου II

Περίληψη

Δ. Καραμήτσος
Σ. Μπακατσέλος
Μ. Τιμοσίδης
Γ. Ανθιμίδης

Μελετήθηκε, με τη χρησιμοποίηση τυποποιημένου ερωτηματολογίου, η συμμόρφωση στη διαίτα 300 ασθενών με σακχαρώδη διαβήτη τύπου II. Πτωχή και μέτρια συμμόρφωση εμφανίζει σημαντικό ποσοστό ασθενών (25.3% ως προς τις θερμίδες, 44.3% ως προς τους υδατάνθρακες και 47.4% ως προς τα γλυκίσματα). Η συμμόρφωση στη διαίτα γενικώς είναι χειρότερη πριν από την ηλικία των 40 ετών και μετά τα 70 έτη. Η μεγάλη διάρκεια του διαβήτη δεν ελαττώνει σημαντικά τη συμμόρφωση στη διαίτα ενώ το μορφωτικό επίπεδο δεν φάνηκε να την επηρεάζει ιδιαίτερα. Συμπεραίνεται ότι πρέπει να καταβληθεί προσπάθεια για τη βελτίωση της συμμόρφωσης των ασθενών στη διαίτα.

Η τήρηση του διαιτολογίου αποτελεί σημαντικό παράγοντα στη θεραπευτική του σακχαρώδη διαβήτη (ΣΔ) τύπου II. Ωστόσο από την καθημερινή εμπειρία προκύπτει ότι σε μεγάλο βαθμό οι ασθενείς δεν τηρούν επακριβώς τη διαίτα^{1,2}. Ασθενείς με καλή συμμόρφωση στη διαίτα έχουν καλύτερες τιμές γλυκόζης, τριγλυκεριδίων και χοληστερόλης³. Σκοπός της μελέτης αυτής ήταν να καθοριστεί με βάση τις πληροφορίες των ίδιων των ασθενών ο βαθμός συμμόρφωσής τους στη διαίτα όσον αφορά το ποσό θερμίδων, το ποσό των υδατανθράκων και τα γλυκά.

Υλικό και μέθοδος

Υλικό της μελέτης αποτέλεσαν 300 διαβητικοί ασθενείς με ΣΔ τύπου II οι οποίοι παρακολουθούνται σε τρία διαβητολογικά ιατρεία Νοσοκομείων. Από αυτούς 150 παρακολουθούνται στο διαβητολογικό ιατρείο της Β' Προπ. Παθολ. Κλινικής του ΑΠΘ, οι 100 στο Διαβητολογικό ιατρείο του Νοσοκομείου Καβάλας και οι 50 στο Διαβητολογικό ιατρείο του Νοσοκομείου Πολυγύρου.

Η μέση ηλικία των ασθενών ήταν 64 έτη (εύρος 29-92). Η μέση διάρκεια του ΣΔ ήταν 11 έτη (εύρος 1-33).

Η συμμόρφωση στη διαίτα μελετήθηκε με τη χρησιμοποίηση τυποποιημένου ερωτηματολογίου και οι απαντήσεις ταξινομήθηκαν σε κλίμακα τεσσάρων βαθμών. Βαθμολογήθηκε χωριστά η συμμόρφωση στις θερμίδες, τους υδατάνθρακες και τα

Διαβητολογικό Κέντρο
Β' Προπ. Παθολογικής
Κλινικής ΑΠΘ,
Ιπποκράτειο Νοσοκομείο
Θεσσαλονίκη
Διαβητολογικό ιατρείο
Νοσοκομείου Καβάλας
Διαβητολογικό ιατρείο
Νοσοκομείου Πολυγύρου

γλυκά ως εξής:

Πολύ καλή = Βαθμός 4. Απόλυτη τήρηση διαίτας

Καλή = Βαθμός 3. Κακή τήρηση δύο φορές τρ μήνα

Μέτρια = Βαθμός 2. Κακή τήρηση δύο φορές το 15νήμερο :

Πτωχή = Βαθμός 1. Κακή τήρηση δύο ή περισσότερες φορές την εβδομάδα

Στη στατιστική επεξεργασία χρησιμοποιήθηκαν:

α) Περιγραφική στατιστική για κατανομές συχνοτήτων και

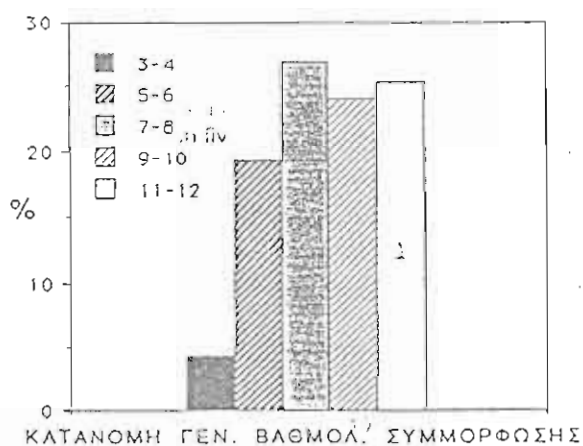
β) Συγκριτική στατιστική με το Student T test, η συσχέτιση δύο παραγόντων με απλή γραμμική και με πολυωνυμική παλινδρόμηση.

Αποτελέσματα

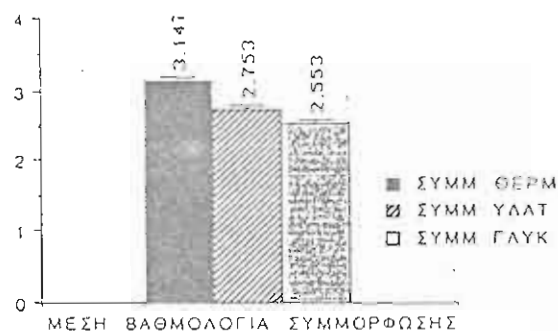
Η συνολική βαθμολογία συμμόρφωσης - άθροισμα των τριών επιμέρους βαθμών συμμόρφωσης - φαίνεται σε ιστογράμματα κατανομής ανά 2 βαθμούς στο σχήμα 1. Με μέγιστη βαθμολογία το 12, 4,3% είχαν βαθμολογία από 3-4, 19,3% είχαν βαθμολογία 5-6, 27% είχαν βαθμολογία από 7-8, 24% είχαν βαθμολογία από 9-10 και 25,3% είχαν βαθμολογία 11-12.

Η μέση βαθμολογία συμμόρφωσης στην τήρηση της διαίτας όσον αφορά τις θερμίδες τους υδατάνθρακες και τα γλυκά φαίνεται στο σχήμα 2. Η αντίστοιχη κατανομή των ασθενών ανά βαθμό φαίνεται στο σχήμα 3.

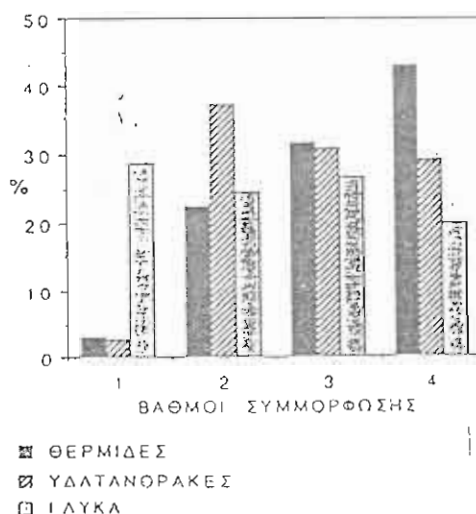
Η μέση βαθμολογία συμμόρφωσης στους ασθενείς τους παρακολουθούμενους στη Θεσσαλονίκη σε σύγκριση με τους ασθενείς των δύο επαρχιακών Νοσοκομείων δεν έδειξε ουσιώδεις



Σχ. 1. Συχνότητα κατανομής της συνολικής βαθμολογίας συμμόρφωσης στη διαίτα ανά δύο βαθμούς.



Σχ. 2. Η μέση βαθμολογία συμμόρφωσης χωριστά για τις θερμίδες, τους υδατάνθρακες και τα γλυκίσματα.



Σχ. 3. Η συχνότητα κατανομής των ασθενών ανά βαθμό συμμόρφωσης χωριστά για τις θερμίδες, τους υδατάνθρακες και τα γλυκίσματα.

διαφορές. Μικρή διαφορά με καλύτερη συμμόρφωση στις θερμίδες υπάρχει μόνο στους ασθενείς των Επαρχιακών Νοσοκομείων (Σχ. 4).

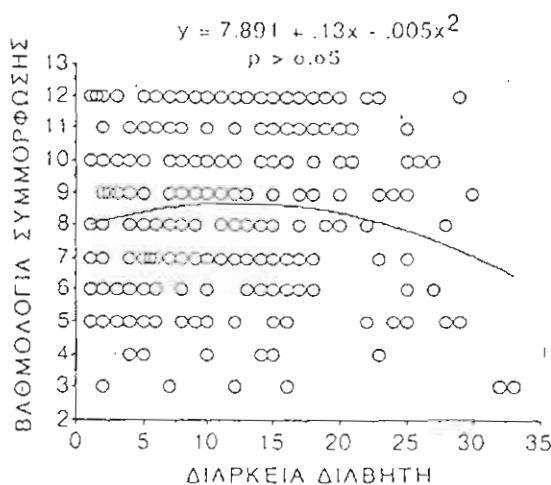
Η συσχέτιση της ηλικίας με τη συμμόρφωση στη διαίτα (μέση συνολική βαθμολογία) έδειξε με τη μέθοδο της πολυωνυμικής γραμμικής παλινδρόμησης ότι η συμμόρφωση είναι μικρότερη στις ηλικίες κάτω των 50 ετών και άνω των 70 ετών (Σχ. 5).

Η συσχέτιση της διάρκειας του ΣΔ με τη συμμόρφωση στη διαίτα δεν έδειξε στατιστικά σημαντική πτώση της συμμόρφωσης με την αύξηση των ετών του ΣΔ, παρά την πτώση της συμμόρφωσης ιδίως μετά τα 20 χρόνια (Σχ. 6).

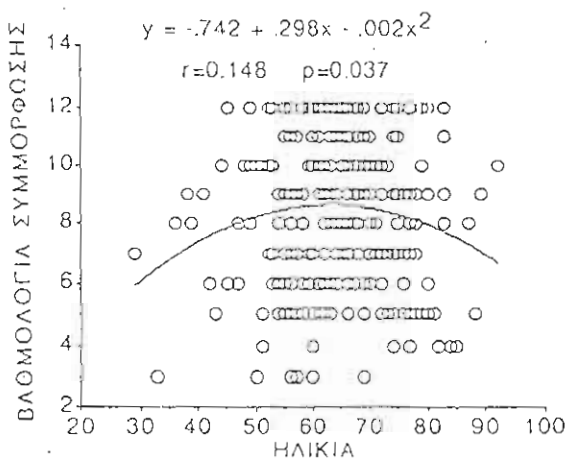
Δεν βρέθηκε διαφορετική συμμόρφωση μετά από ταξινόμηση των ασθενών σε διάφορα μορφωτικά επίπεδα.



Σχ. 4. Η μέση βαθμολογία συμμόρφωσης χωριστά για τις θερμίδες, τους υδατάνθρακες και τα γλυκίσματα, στους ασθενείς που παρακολουθούνται στη Θεσσαλονίκη σε σύγκριση με τα δύο επαρχιακά Νοσοκομεία.



Σχ. 6. Έλλειψη συσχέτισης της διάρκειας του διαβήτη με τη συμμόρφωση στη διαίτα παρά την τάση για μείωση της συμμόρφωσης μετά πολλά χρόνια διαβήτη.



Σχ. 5. Παρατηρείται η αναζήτηση της ηλικίας, με τη συμμόρφωση στη διαίτα με τη μέθοδο της πολυωνομικής γραμμικής παλινδρόμησης. Η συμμόρφωση είναι χειρότερη στις ηλικίες πριν από τα 50 και μετά τα 70 έτη.

Συζήτηση

Η συμμόρφωση των ασθενών στη διαίτα όπως μελετήθηκε με τη μέθοδο των απαντήσεων σε ερωτηματολόγιο διαπιστώθηκε ότι είναι μάλλον μέτρια για τους περισσότερους ασθενείς. Εντυπωσιάζουν τα μεγάλα ποσοστά ασθενών που τρώνε πολύ συχνά γλυκά και γενικά δεν τηρούν το διαιτολόγιό τους. Οι κάτοικοι επαρχίας δεν είχαν χειρότερη συμμόρφωση στη διαίτα όπως θα μπορούσε να υποθέσει κανείς. Με την εργασία αυτή επιβεβαιώθηκε και η κλινική μας εντύπωση ότι η μεγάλη μάζα των ασθενών με ΣΔ τύπου II

δε χαρακτηρίζεται από πιστή τήρηση του διαιτολογίου τους. Όπως φάνηκε και στην εργασία μας η μεγάλη ηλικία συσχετίζεται με τη μειωμένη συμμόρφωση, αλλά δεν είναι όμως η ηλικία ο μόνος παράγοντας που επηρεάζει τη συμμόρφωση. Οι καθημερινές συνθήκες της ζωής, οι παλιότερες συνήθειες διατροφής και διάφορα ψυχολογικά αίτια οδηγούν συχνά σε καταστρατήγηση της διαίτας¹. Η ευθύνη μας είναι μεγάλη στο να βρούμε τρόπους και μεθόδους για να βελτιώσουμε τη συμμόρφωση των ασθενών μας στη διαίτα⁴.

Summary

Karamitsos D, Bacatselos S, Timosides M, Anthimidis G. The diet compliance of type II diabetics. *Hellen Diabetol Chron* 1991; 1: 43-46.

Using a specially designed questionnaire we have studied the compliance of 300 type II diabetic patients to diet. A considerable proportion of our patients had had poor and/or moderate compliance (25.3% for calories, 44.3% for carbohydrates, and 47.4% for the sweets). The diet compliance was generally worse before the age of 40 and after the age of 70 years. The long duration of diabetes did not diminish the diet compliance. The educational level of the patients did not seem to affect the diet compliance. We concluded that we must try to improve our efficiency on the subject of diabetic diet compliance.

Βιβλιογραφία

1. *Reveler R.* Eating and Diabetes. *Pract Diabetes* 1988; 5: 258-63.
2. *Καραμήτους Δ, Μπακανσέλιος Σ, Πάγκαλος Ε, Πανιάλη Μ, Παπαλεξίου Γ.* Δίαιτα διαβητικού. Ποιά δίαιτα και πώς. *Ελληνικά Διαβητολογικά Χρονικά* 1989; 2: 125-45.
3. *Holmes J, Hadden DR, Atkinson AB, et al.* Assesment of diet adherence in relation to long-term follow up of non insulin-dependent diabetics. *Pract diabetes* 1987; 4: 276-8.
4. *Hauenstein DJ, Schuller M, and Hurley RS.* Motivation techniques of dietitians councilig individuals with type I diabetes. *J Amer Diet Assoc* 1987; 87: 37-42.

Πρόσθετοι όροι
Υδατάνθρακες
Θερμίδες
Γλυκίσματα

Key words
Carbohydrates
Calories
Sweets
