

عنوان مقاله:

عوامل خطر تغذیه ای و بیماری های ایسکمیک قلبی

محل انتشار:

مجله دانشکده بهداشت و انستیتو تحقیقات بهداشتی، دوره 2، شماره 4 (سال: 1383)

تعداد صفحات اصل مقاله: 17

نویسندگان:

حمیده سلیم زاده
حسن افتخار
نازیلا اساسی
مجتبی سالاری فر
احمدرضا درستی

خلاصه مقاله:

باتوجه به اینکه انتخاب و حفظ رفتارهای تغذیه ای سالم، یکی از عوامل مهم در پیشگیری از بیماری های قلبی و عروقی می باشد، این پژوهش بمنظور بررسی عوامل خطر تغذیه ای و ارتباط آنها با بیماری ایسکمی قلبی انجام شد. مطالعات بصورت مورد-شاهدی، در پاییز ۱۳۸۲ و در مرکز قلب تهران و بیمارستان قلب شهید رجایی تهران انجام گردید. تعداد ۱۰۰ نفر بیمار ایسکمی قلبی و ۱۰۰ نفر از افراد سالم، به تایید متخصص قلب بعنوان شاهد وارد مطالعه شدند. اطلاعات تغذیه ای از طریق پرسشنامه تکرر مواد غذایی گردآوری شد و برخی عوامل خطرساز مهم مثل فشار خون، هایپرلیپیدمی (چربی خون بالا)، دیابت، شاخص توده بدنی و فعالیت فیزیکی نیز بررسی شدند. بیماری ایسکمی قلب با مصرف چربی، روغن های جامد و هیدروژنه رابطه مستقیم و با مصرف میوه و سبزی رابطه معکوس داشت ($P < 0.001$) عوامل خطر تغذیه ای در گروه بیماران مصرف کم ماهی و استفاده زیاد از غذاهای سرخ شده بود، که بترتیب خطر بیماری را ۱۳.۹۶ و ۵۴.۶۵ بار افزایش می دادند. داشتن رژیم غذایی پرچرب و کم فیبر در گروه بیماران، خطر بیماری قلبی را در حدود ۲۰ برابر افزایش داد. عوامل خطر تغذیه ای عمده در این مطالعه عبارت بودند از: مصرف کم میوه، سبزی و ماهی و مصرف کمتر روغن های مایع، درحالیکه روغن های هیدروژنه که حاوی اسیدهای چرب نامطلوبند، منبع اصلی چربی در رژیم غذایی بیماران بودند. بنابراین اجرای برنامه های آموزشی جامعه محور برای ارتقای تغذیه سالم و بهداشتی ضروری بنظر می رسد.

کلمات کلیدی:

CVD, IHD, بیماری های قلبی، عروقی، رژیم غذایی، بیماری های ایسکمیک قلبی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1718847>

