

Proje Yöneticisi: Dr.Öğr.Üyesi ILGIN YILDIRIM ŞİMŞİR

Proje ID: 21039

Proje Kodu: TGA-2020-21039

Proje Başlığı: Tip 1 Diyabetli Bireylerde Diyetin Karbonhidrat Miktarı ve Glisemik İndeksinin Kan Glukoz Değişkenliği ve Serbest Yağ Asitlerine Etkisi

Proje Türü: GENEL ARAŞTIRMA

Proje Özeti

Diyabette bireysel öğün planı ile uygun insülin ayarı glisemik kontrolü iyileştirebilir. Karbonhidrat kısıtlamasının kan şekeri değişkenliği, glisemik kontrol üzerindeki etkilerini inceleyen çalışmalar bulunmaktadır. Diyabetli için en zorlayıcı kısım nasıl besleneceğine karar vermeyi planlamaktır. Çalışma EÜTF Endokrinoloji BD polikliniğinde yaşları >18 olan 10 kadın, 10 erkek tip 1 diyabetli birey ile yürütülecektir. Çalışmaya %80 güç ve 0.05 hata ile toplam 20 kişi alınacaktır.

Çalışma sırasında verilecek diyetlerin içeriği;

DİYET 1: %40 karbonhidratlı, düşük glisemik indeksli

DİYET 2: %40 karbonhidratlı, yüksek glisemik indeksli

DİYET 3: %60 karbonhidratlı, düşük glisemik indeksli

DİYET 4: %60 karbonhidratlı, yüksek glisemik indeksli

Diyabetli bireye verilen dört diyet modeli sırasında; enerji alımı, öğün sayısı ve zamanları birbirine benzer olacaktır.

Diyet 1 ve 2’te karbonhidrat, protein ve yağın enerjiye katkısı benzer olacaktır.

Diyet 3 ve 4’te karbonhidrat, protein ve yağın enerjiye katkısı benzer olacaktır.

Diyet 1 ve 3’te öğünler düşük glisemik indeksli olacaktır.

Diyet 2 ve 4’te öğünler yüksek glisemik indeksli olacaktır.

DİYET 5: Wash-out sırasında başlangıçta verilen standardizasyon diyetinin aynısı %50 karbonhidrat içeriği ile verilecektir. Glisemik indeksi ortalama olacaktır.

Tüm diyet grupları ardışık olarak uygulanacaktır. Çalışma süresince sürekli kan şekeri ölçümü için cihaz takılı olacaktır. Her diyet modeli arasında 2 gün wash-out olacaktır. Randomizasyon yapılmayacaktır. Cross-over methodu kullanılacaktır. Kontrol altına alınmamış, glisemik dalgalanması bozuk ve yüksek kan şekeri değerleri uzun vadede komplikasyonların ortaya çıkmasına yol açmaktadır. Kan şekeri düzeylerinin normal sınırlara yakın tutulması diyabete bağlı olarak gelişen komplikasyonları azaltabilir ve önleyebilir. Amacımız bireye özgü karbonhidrat uygulamasının glisemik dalgalanmalar üzerine etkisini ve uyumunu gösterebilmektir.