

## Lekárska štúdia – DIADEM

Intenzívna intervencia v oblasti životného štýlu, vrátane počiatočného zníženia hmotnosti pomocou špeciálnych produktov, viedla k 60 % remisii u ľudí s diabetes mellitus 2. typu so skorým nástupom z Stredného východu a severnej Afriky zapojených do katarskej štúdie.

### O štúdi:

Štúdia DiRECT zameraná na zníženie hmotnosti u obéznych ľudí s diabetom 2. typu pomocou špeciálnych produktov, po ktorej nasledovalo opätovné zavedenie bežnej stravy a potom dlhodobé udržiavanie hmotnosti pomocou štruktúrovaného programu, odstránila akékoľvek pochybnosti o tom, že zmenu hmotnosti a remisii diabetu možno udržať u veľkej časti účastníkov počas dvoch rokov (trojročné výsledky zatiaľ neboli publikované). Začíname chápať mechanizmy účinku, ako je zníženie zápalu, krvného tlaku a inzulínovej rezistencie, ale doteraz sa všetky výskumy uskutočnili na európskej populácii. Obezita, cukrovka a iné komorbidity postihujú obyvateľov Blízkeho východu vo väčšej miere ako európsku populáciu a táto štúdia vyplňa medzeru v dôkazoch o tejto neeurópskej populácii.

Profesor Taheri a jeho kolegovia z Weill Cornell Medicine v Katare skúmali 147 účastníkov vo veku 18 - 50 rokov so skorým diabetom 2. typu (3 roky alebo menej od stanovenia diagnózy, 73 % boli muži) v primárnej starostlivosti. 70 účastníkov začalo intervenčný program s použitím 12-týždňového programu s použitím špeciálnych produktov (formula LED) poskytujúcich približne 800 kcal/deň (4 špeciálne produkty, každý približne 200 kcal), po ktorom nasledoval postupný prechod na bežnú stravu a udržiavanie hmotnosti. Prvky behaviorálnej terapie (zameranej na sebazpozorovanie, stanovenie cieľov, kontrolu podnetov, plánovanie atď.) využívali dietológovia v kombinácii s podporou fyzickej aktivity zo strany športových trénerov. Kontrolná skupina sa riadila bežnými osvedčenými postupmi s obvyklým lekárske manažmentom rizikových faktorov, vzdelávaním a podporou pri liečbe cukrovky.

Priemerný najväčší úbytok hmotnosti z priemernej východiskovej hodnoty 101 kg sa v intervenčnej skupine dosiahol po 6 mesiacoch, ale trvalý úbytok hmotnosti po 12 mesiacoch bol necelých 12 kg, zatiaľ čo v kontrolnej skupine bol menej ako 4 kg. Remisia cukrovky po 12 mesiacoch bola v intervenčnej skupine 61 %, pričom približne polovica mala normálnu hladinu glukózy v krvi a polovica "preddiabetickú" hladinu, v porovnaní s 12 % remisiiou v kontrolnej skupine (4 % s normálnou hladinou glukózy v krvi).

Monitorovanie fyzickej aktivity ukázalo, že intervenčná skupina strávila sedavým zamestnaním o 40 minút denne menej v porovnaní s kontrolnou skupinou, ktorá strávila o 69 minút viac, a že ekvivalentná rýchlosť chôdze sa v intervenčnej skupine zvýšila o 21 minút denne a v kontrolnej skupine sa znížila o 33 minút. V intervenčnej skupine došlo k 90 % zníženiu užívania antidiabetík a 40 % zníženiu užívania antihypertenzív v porovnaní s 11 % a 37 % nárastom v kontrolnej skupine.

Profesor Anthony Leeds, predseda TDMR Europe, k výsledkom uviedol: "Táto práca potvrdzuje, že remisia cukrovky po znížení hmotnosti pomocou TDR (náhrada stravy špeciálnymi výrobkami) a následnom programe udržiavania hmotnosti je možná u vysokého počtu účastníkov s cukrovkou 2. typu z Blízkeho východu a severnej Afriky. Úbytok hmotnosti a metabolické zmeny boli v súlade so zisteniami štúdií DiRECT a DROPLET. Ide o prelomovú štúdiu o populácii, ktorá nebola doteraz predmetom štúdií, a preto má veľký význam pre celý Blízky východ a severnú Afriku. Kľúčom k tomuto úspechu je kombinácia veľkého úbytku hmotnosti pomocou TDR, intenzívneho vedenia behaviorálnej terapie a štruktúrovaného programu fyzickej aktivity, ktorý zabezpečuje tím dietológov, športových trénerov a lekárov."

Pokiaľ ide o ďalšie kroky, profesor Leeds vyjadril nádej, že "WHO a ministerstvá zdravotníctva v krajinách Blízkeho východu a severnej Afriky vezmú tieto výsledky na vedomie a zväžia 'zavedenie' intervencie, ako sa to robí v Spojenom kráľovstve a Škótsku (National Health Service England, National Health Service Scotland)," a dodal: "Európske krajiny so severoafrickými a blízkovýchodnými komunitami môžu teraz zväziť tento prístup k remisii cukrovky u týchto vysoko rizikových skupín."

Účinnosť intenzívnej intervencie životného štýlu na telesnú hmotnosť a glykémiu pri včasnom diabete 2. typu (DIADEM-I): otvorená randomizovaná kontrolovaná štúdia s paralelným skupinovým dizajnom. Taheri S et al Lancet Diabetes Endocrinol 2020; 8: 477-489 DOI: [https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(20\)30117-0](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(20)30117-0)

Protokol je opísaný na stránke Diabetes Intervention Accentuating Diet and Enhancing Metabolism (DIADEM-I): randomizovaná kontrolovaná štúdia skúmajúca vplyv intenzívnej intervencie životného štýlu pozostávajúcej z nízkokalorickej diéty a fyzickej aktivity na telesnú hmotnosť a metabolizmus v ranom štádiu diabetes mellitus 2. typu: protokol štúdie pre randomizovanú kontrolovanú štúdiu. Taheri S et al. 2018; 19: 284 <https://doi.org/10.1186/s13063-018-2660-1>

Štúdiu financoval Katarský národný výskumný fond a použili sa v nej produkty The 1:1 Diet by Cambridge Weight Plan TDR.

Zdroj: <https://tdmr-europe.com/2020/05/22/intensive-life-style-intervention-including-initial-weight-loss-with-tdr-delivered-60-diabetes-remission-in-people-with-early-type-2-diabetes-mellitus-from-the-middle-east-and-north-africa-studied-i/>

Originálny text: Anthony R Leeds, predseda TDMR Europe, 22. 5. 2020