خفض الكربوهيدرات يقلل خطر الوفاة لدى مرضى الكلى



نخيل نيوز / الصين

وجد بحث صيني في مستشفى كلية الطب باتحاد بكين أن اتباع نظام غذائي منخفض الكربوهيدرات والسكر يؤدي إلى زيادة متوسط العمر المتوقع لدى المصابين بأمراض الكلى المزمنة.

وأفادت نتائج البحث بأن النظام الغذائي الأمثل لمرضى الكلى يمكن أن يمنع بشكل فعّال من تقدم المرض، وفقاً لموقع "مديكال إكسبريس".

واعتمد البحث على بيانات 3683 مريضاً بالكلى في الولايات المتحدة، تمت متابعته لسنوات، وتبين أنه عند خفض مدخولهم من الكربوهيدرات من 60% من السعرات اليومية إلى ما بين 30 و45%، وتقليل السكريات بنسبة 40%، قلت لديهم أسباب الوفاة الناجمة عن أي سبب.
ولاحظ البحث أن تناول البروتين كبديل للحصول على الطاقة، واستبعاد الكربوهيدرات تحديداً، ثم السكر قد ساعد في خفض مخاطر الوفاة للمصابين بأمراض الكلى المزمنة.

وتصيب أمراض الكلى المزمنة واحداً من كل 7 أشخاص في المتوسط، وكان يُعتقد أن المستويات العالية من البروتين تسرّع من تدهور الكلى، لكن وفقاً لهذه النتائج يساعد خفض الكربوهيدرات والسكر، وتناول البروتين على تقليل آثار المرض.