



دانشکده طب سنتی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

رساله

جهت دریافت درجه دکترای تخصصی Ph.D. طب سنتی

عنوان

**بررسی اثر تدابیر غذایی مبتنی بر طب سنتی ایران بر مقاومت به انسولین
در بیماران مبتلا به کبد چرب غیر الکلی: کار آزمایی بالینی شاهددار**

اساتید راهنما

دکتر رسول چوپانی

دکتر محمدابراهیم قمرچهره

اساتید مشاور

دکتر آرزیتا حکمت دوست

دکتر سید مؤید علویان

نگارش

دکتر زهرا گرجی

چکیده فارسی

عنوان: بررسی اثر تدابیر غذایی مبتنی بر طب سنتی ایران بر مقاومت به انسولین در بیماران مبتلا به کبد چرب غیرالکلی: کارآزمایی بالینی شاهددار.

سابقه و هدف: کبد چرب غیر الکلی شایع‌ترین بیماری مزمن کبدی است و به موازات افزایش شیوع چاقی و دیابت، روند رو به رشدی دارد. تاکنون دارویی برای درمان قطعی آن پیدا نشده است. بهترین روش درمانی توصیه شده، اصلاح سبک زندگی است که شامل رژیم غذایی می‌شود. طب سنتی ایران اولین قدم درمانی را در هر بیماری اصول ششگانه حفظ سلامتی و مهم‌ترین آن‌ها تغذیه می‌داند. با توجه به گرایش روزافزون مردم به طب سنتی و هماهنگی توصیه‌های تغذیه‌ای با فرهنگ و رسوم جامعه، طراحی یک رژیم مبتنی بر طب سنتی اهمیت دارد.

روش بررسی: تعداد ۵۱ نفر بیمار مبتلا به کبد چرب غیرالکلی و مقاومت به انسولین در ۲ گروه مداخله و گواه به مدت ۳ ماه در مطالعه شرکت کردند (۲۶ نفر در گروه مداخله و ۲۵ نفر در گروه گواه). گروه مداخله، رژیم غذایی مبتنی بر طب سنتی ایران و گروه گواه، رژیم غذایی طب مدرن را دریافت کردند. مقاومت به انسولین در پایان مطالعه بررسی شد.

یافته‌ها: در بیماران گروه مداخله، در متغیرهای شاخص توده بدنی، مقاومت به انسولین، آمینوترانسفرازها (ALT و AST) و تری‌گلیسرید کاهش معنی‌داری مشاهده شد.

نتیجه‌گیری: تدابیر غذایی طب سنتی ایران می‌تواند بر مقاومت به انسولین بیماران کبد چرب غیرالکلی موثر باشد.

واژگان کلیدی: رژیم غذایی، طب سنتی ایران، کبد چرب غیرالکلی، مقاومت به انسولین

Abstract

Title: Investigation of the Effect of Dietary Management Based on Iranian Traditional Medicine on Insulin Resistance in patients with Non- Alcoholic Fatty Liver Disease: A controlled clinical trial

Background and Aim: Nonalcoholic fatty liver disease (NAFLD) is the most common liver disease, which is growing in incidence in parallel with obesity and diabetes. So far, no medication has been found for its definite management. The best therapeutic approach has been the lifestyle modification, which includes the diet management. Iranian Traditional Medicine (ITM) suggests that the first step in management of any disease should be following the six essential principles and nutrition being the most important of all. Considering the growing interest of society to ITM and the cultural relevance of its nutritional recommendations, designing a nutrition plan based on ITM has become an important issue.

Methods: 51 patients of NAFLD accompanied with Insulin resistance were divided into two groups of case and control and enrolled in the study for 3 months (26 in case and 25 in control group). The case group received the diet based on ITM while the control group received the diet based on modern nutrition. At the end of the study Insulin resistance was evaluated.

Results: In the intervention group, BMI, Insulin resistance, Aminotransferase's Levels (AST and AST) and Triglyceride level were significantly reduced ($P < 0/005$).

Conclusions: ITM's nutritional recommendations can decrease the Insulin resistance in NAFLD patients.

Keywords: Iranian Traditional Medicine, Insulin Resistance, Non- Alcoholic Fatty Liver Disease, Diet