

UTJECAJ MEDITERANSKE PREHRANE NA AKTIVNOST REUMATOIDNOGA ARTRITISA

Petra Šimac¹, Dijana Perković^{1,2}, Ivona Božić¹, Marijana Matijaš¹

¹Zavod za reumatologiju i kliničku imunologiju, Klinika za unutarnje bolesti, Klinički bolnički centar Split, Split, Hrvatska

²Medicinski fakultet Sveučilišta u Splitu, Split, Hrvatska

Uvod. Mediteranska prehrana (engl. *Mediterranean diet*, MD) zahvaljujući brojnim pozitivnim učincima u RA koji uključuju protupalno i antioksidativno djelovanje, smatra se optimalnom za sve bolesnike s RA. Dosadašnja istraživanja su pokazala povoljan utjecaj pridržavanja MD-a na rizik oboljevanja od RA. Također, dokazan je pozitivan utjecaj MD-a na stabilni ili umjereno aktivni RA koji se očituje smanjenim zbrojem DAS28 skora, smanjenjem jutarnje zaočćenosti te CRP-a. MD je zasnovana na biljnoj prehrani koja uključuje veliku konzumaciju svježega voća, povrća, cjelovitih žitarica i mahunarki, umjerenu konzumaciju ribe, bijeloga mesa i alkohola te nisku konzumaciju crvenoga mesa i šećera. Za procjenu pridržavanja MD-a koristi se MDSS (engl. *The Mediterranean Dietary Serving Score*) upitnik. Cilj našeg rada bio je utvrditi razliku u MDSS zbiru između bolesnika s RA i kontrolne skupine ispitanika te postoji li povezanost aktivnosti RA i funkcijske onesposobljenosti bolesnika s MDSS zbirom.

Ispitanici i metode. U ovom istraživanju, koje je provedeno u razdoblju od 30. listopada 2020. do 30. lipnja 2021., sudjelovalo je 80 ispitanika s RA liječenih u Zavodu za reumatologiju i kliničku imunologiju Kliničkoga bolničkog centra Split te 80 zdravih ispitanika odgovarajuće dobi i spola.

Rezultati. Analizom ukupnoga MDSS zbira u bolesnika s RA i kontrolnoj skupini nije pronađena statistički značajna razlika između skupina ($7,57 \pm 4,11$ naspram $7,29 \pm 3,61$, $P=0,661$). Također, nije utvrđena značajna korelacija MDSS zbira s aktivnošću bolesti mjerenom s DAS28 ($r=0,031$, $P=0,993$) i funkcionalnim stanjem koje je mjereno HAQ indeksom ($r=0,222$, $P=0,062$). Nadalje, u obje ispitivane skupine srednja vrijednost MDSS zbira je bila niska, međutim brojčano je bila nešto veća u bolesnika s RA. Srednja vrijednost indeksa tjelesne mase u bolesnika s RA iznosila je $25,6 \pm 4,2$. Navedeno potvrđuje kako se naši bolesnici ne pridržavaju MD-a, što svakako utječe na samu bolest. Naime, pretilost je pokazala izraženi proupalni učinak na RA.

Zaključak. Nepridržavanje MD-a može imati sveukupni negativan učinak na aktivnost RA, funkcionalnost bolesnika, ali i smanjenu kvalitetu života. Od iznimne je važnosti pravodobna edukacija bolesnika o važnosti prehrane i njenom utjecaju na bolest s ciljem prevencije razvoja neželjenih događaja.

Ključne riječi: reumatoidni artritis, mediteranska prehrana

Izjava o sukobu interesa: nema sukoba interesa