

Effekten af n-3 Polyumættede fedtsyrer på risikomarkører hos adipøse mennesker under affedning, baseret på næringspulver.
En randomiseret, dobbeltblind undersøgelse.

*Flemming Quaade, Jeanette Maglegaard & Lars Bjørn Jensen
Fedmeklinikken, Moltkesvej & Sundby Hospital med. afd.*

ABSTRACT fra Dansk Selskab for Adipositasforsknings årsmøde 8. - 9. november 1991, Hindsgavl.

Epidemiologisk statistik og interventionsstudier tyder på, at fiskeolie ved sit indhold af n-3 flerumættede fedtsyrer forbedrer både risikomarkører, herunder bl.a. blodets lipidprofil, og også incidens og mortalitet af atherosclerotiske sygdomme.

Hensigten med nærværende undersøgelse er at vurdere, om et tilskud af n-3 polyumættede fedtsyrer til en affedningsdiæt forbedrer risikomarkørerne mere hos adipøse patienter, end hvad vægttabet i sig selv giver anledning til.

53 adipøse patienter, 51 kvinder og 2 mænd, indgik i undersøgelsen. Initiale data: alder 19-68 år; vægt 69,5-141,9 kg, BMI: 27,1-44,8 kg/m². Behandlingsperiode: 15 uger, i hvilke alle fik næringspulver (Nupo (R), oluf mørk a/s) som obligatorisk basis: 443 kcal. (1,9 MJ) for kvinder og 501 kcal. (2,4 MJ) for mænd. Efter 2. uge tilladelse til frit supplement af almindelig mad og drikke op til 1068 kcal. (4,5 MJ) for kvinder og 1126 kcal. (4,7 MJ) for mænd. Efter 4 ugers run-in med samme diæt blev deltagerne randomiseret blokvis til næringspulver med (gruppe A, n=28) og uden (gruppe B, n=25)) n-3 flerumættede fedtsyrer i en daglig dosis på 875 mg. Begge grupper havde betydelige vægttab, både i de første 4-ugers run-in og efter randomiseringen. Der var ingen signifikant forskel imellem grupperne. Reduktionen af BMI var som venteligt særlig stor i tiden T1-T4. Der var ligeledes et signifikant fald i talje/hofte-ratio og -især- i det abdominale sagittalmål. Det diastoliske blodtryk faldt, men ikke signifikant, i begge grupper. På intet af tidspunkterne T0, T4 og T15 var der signifikant forskel mellem de 2 grupper. Der var ingen signifikante ændringer i blødningsstid eller thrombocytal.

Både i gruppe A og i gruppe B faldt totalcholesterol og HDL-cholesterol signifikant i run-in perioden, for derefter at stige i tiden T4 - T15.

Ratio: totalcholesterol/HDL-cholesterol faldt noget, men ikke signifikant, i begge grupper

i tiden T0 - T4, og denne moderate reduktion fortsatte i gruppe B. Faldet i totalcholesterol/HDL-cholesterol fra T4 - T15 var meget større i gruppe A end i gruppe B (p=0,0001 i gruppe A; 0,17 i gruppe B).

Undersøgelsen har bekræftet, at en effektiv affedning, i dette tilfælde gennem knapt 4 måneder, er ledsaget af ændringer i blodets lipidprofil, og at disse ændringer generelt er gunstige. Et fald i HDL-cholesterol og apolipoprotein A1 i vægttabets første fase skyldes formentlig at diæten er fedtfattig. På intet af de 3 undersøgelsestidspunkter: ved behandlingens begyndelse, efter 4 ugers fælles diæt og efter yderligere 11 ugers randomiseret behandling, var der signifikante forskelle mellem de 2 grupper.

Derimod var der i randomiseringsperioden et signifikant større fald i ratio: totalcholesterol/HDL-cholesterol hos de patienter, som fik tilskud af n-3 flerumættede fedtsyrer. Endvidere fandt vi, at reduktionen af triglycerid persisterede hos n-3 patienterne i randomiseringsperioden, i modsætning til kontrolgruppen, der udviste en sekundær stigning.

Patienttallet er for lille, og observationstiden for kort til at vi tør udtale os om disse forskelles eventuelle kliniske betydning.

Fundene er overraskende i betragtning af, at vore patienter har haft mulighed for en vis frihed og dermed variation i valget af supplement; herunder også fedtholdige, til næringspulveret. Imidlertid må det erindres, at tilladelsen til frit valg af mad og drikke kun er givet indenfor en energiramme af godt 600 kcal. (2,5 MJ).

Konklusion: Det ved diætprogrammet opnåede, betydelige vægttab ledsages af gunstige ændringer i talje/hofte-ratio, sagittal abdominal diameter og følgelig i blodets lipidprofil.

Derudover ser det ud til, at selv en moderat dosis n-3 poly-umættede fedtsyrer bevirker en reduktion af forholdet: totalcholesterol/HDL-cholesterol og af triglycerid, og at disse reduktioner ikke alene skyldes vægttabet.