

İLGİNÇ YAYIN ÖZETLERİ

American Journal of Clinical Nutrition Vol. 71, 2000.

1. Connar, SI, Zhu N, Anderson GJ, et al. Cheek cell phospholipids in human infants: A marker of docosahexaenoic and arachidonic acids in the diet, plasma and red blood cell p, 21.
2. Bonovricar DJ, Stroud DB, Bines JE, et al. Comparison of total body chlorine, potassium, and water measurement in children with cystic fibrosis p, 36.
3. Einour A, Hambraeus L, Etom M, et al. Endemic goiter with iodine sufficiency: A possible role for the consumption of pearl millet in the etiology of endemic goiter p, 59.
4. Cacetta R E-A, Craft KD, Beilin LJ, et al. Ingestion of red wine significantly increases plasma phenolic acid concentrations but does not acute affect ex vivo lipoprotein oxidizability p, 67.
5. Meerani P, Ramadess P, Toborek M, et al. Zinc protects against apoptosis of endothelial cells induced by linoleic acid and tumor necrosis factor p, 81.
6. Hurt JR and Raughead ZK. Adaptation of iron absorption in men consuming diets with high or low iron bioavailability p, 94.
7. Goris AHC, Westertep-plantega MS and Westertep KR. Underreporting and under recording of habitual food intake in obese men: Selective under reporting of fat intake p, 130.
8. New SA, Robins SP, Campbell MK, et al. Dietary influences on bone mass and bone metabolism: Further evidence of a positive link between fruit and vegetable consumption and bone health p, 142.

1. Bebeklerde Çek Hücre Fosfolipidleri: Diyet, Plazma ve Alyuvarlar Dokosahekzaenolik ve Araşidonik Asitlerin Belirleyicisi

Diyetin elzem yağ asidi içeriği, bazı kronik hastalıklar ile doğum öncesi ve sonrası bebeğin beyin gelişimindeki riskleri saptamada önem taşır. Elzem yağ asitleri durumunun saptanmasında kan analizleri gerekir. Bu çalışmada sık değişen ağız mukozasının çek hücresinin fosfolipitlerinin yağ asidi içeriği anne sütü ve formüla ile beslenen bebeklerde saptanarak plazma yağ asitleri içeriği ile karşılaştırılmıştır. Çek hücresi fosfolipitlerinin DHA ve araşidonik asit konsantrasyonları plazma konsantrasyonlarıyla korelasyon göstermiştir. Kan alma gereği kalmadan bu yöntemle bireyin elzem yağ asitleri durumunun saptanabileceği sonucuna varılmıştır.

2. Kistik Fibrozisli Çocuklarda Toplam Beden Klor, Potasyum ve Su Ölçümlerinin Karşılaştırılması

Kistik fibrozisli çocuklarda elektrolitler ve sıvının anormal dağılımı ile birlikte protein enerji malnütrisyonu sık görülür. Bu çocukların beslenme durumlarının belirlenmesinde elektrolit ve sıvı ölçümleri önem taşır. Bu kesitsel çalışmada kistik fibrozisli ve normal çocukların toplam beden kloru (TBCI), toplam su (TBW) ve potasyumu (TBK) ölçülerek karşılaştırılmıştır. Kistik fibrozisli çocukların TBCI, TBW ve TBK yönünden yetersiz oldukları bulunmuştur. Bunun yanında plazma klor ve potasyum düzeyleri normal gruptan farksızdır. Hafif kistik fibrozisli ergenlik çağı çocukların TBCI, TBK ve TBW yönünden yetersiz oldukları ve bu parametrelerin protein enerji malnütrisyonunu yansıttığı sonucuna varılmıştır. TBCI ve TBK ölçümlerinin beden sıvı kompartmanlarını saptamada yardımcı olabileceği belirtilmiştir.

3. İyot Yeterli Olmasına Karşın Endemik Guvatr: Endemik Guvatrın Etyolojisinde Gümüş Darı Tüketiminin Muhtemel Rolü

Gelişmekte olan ülkelerde iyot, vitamin A ve demir yetersizliği beslenme sorunlarının başında gelir. Sudan'ın Güney Nil nehri bölgesinde endemik guvatr,

vitamin A ve demir yetersizliği belirtileri saptanmıştır. Endemik guvatr hızı %22.3 bulunmuştur. Ortalama idrar iyod konsantrasyonu 0.79 mikromol/l'tir. Çocukların %19.3'ünün idrar iyot düzeyi 1.57 mikromol/l'te üzerindedir. Serum T3 ve T4 referans değerlerdedir. Çocukların %44'ünün tiroksin konsantrasyonu normal değerlerin üzerindedir. İdrar tiroksin düzeyi yüksek bulunmuştur. Vitamin A yetersizliği belirtileri %2.6 ile 2.9 çocukta saptanmıştır. Bunun yanında çocukların %32'sinin retinol bağlayan protein düzeyi 15 mg/l'te altındadır. Retinol bağlayan proteinle tiroksin arasında pozitif korelasyon bulunmuştur. Çocukların %88'inin hemoglobin, %13.5'inin ferritin düzeyi düşüktür. Bu bölgede iyot yetersiz olmasına karşın endemik guvatrın sorun olduğu, bunun da darı tüketimi A vitamini yetersizliği ve protein enerji malnütrisyonu ile ilintili olabileceği sonucuna varılmıştır.

4. Kırmızı Şarap Alımı Plazma Fenolik Asit Konsantrasyonunu Artırır Fakat Lipoprotein Oksidasyonuna Akut Bir Etkisi Yoktur

Alkolün az miktarla alınmasının arterosklerotik kardiyovasküler hastalık riskini azalttığı epidemiyolojik çalışmalarda gösterilmiş ve özellikle kırmızı şarabın önemi üzerinde durulmuştur. Bu çalışmada kırmızı şarabın dolaşımdaki fenolik asit düzeyine ve LDL'nin oksidasyonuna etkisi incelenmiştir. Araştırmaya katılan bireyler belirli dönemlerde kırmızı şarap, fenolik asitsiz kırmızı şarap, alkolsüz kırmızı şarap veya su içmişler, içki alımından önce ve alımdan sonra 1,2 ve 4. saatlerde plazma kafeik, protokatek ve 4-O-metil gallik asitler ölçülmüştür. Aynı zamanda LDL ve ürik asidin okside olabilirliliği saptanmıştır. Alkollü ve alkolsüz kırmızı şarap içimi dolaşımdaki fenolik ve ürik asit konsantrasyonlarını artırmasına karşın, LDL'nin oksidasyondan korunmasında etkili olmamıştır.

5. Çinko, Linoleik Asit ve Tümör Nekrosiz Faktör Etkisiyle Oluşan Endotel Hücre Apoptosizine Karşı Koruyucudur

Apoptosiz programlanmış hücre ölümüdür ve değişik hastalıkların oluşumunda rol oynar. Apoptosizin aterosklerozis sırasında aortik intimal kalınlaşmasında rol oynadığı bildirilmiştir. Aterosklerotik plaklarda apoptotik hücre ölümü genel bir bulgudur. Vasküler hücrelerin apoptosize yatkınlığı tümör nekrosiz faktör (TNF- α) gibi inflammatör stokinler ve oksidasyona doymamış çoklu doymamış yağlar tarafından hızlandırılır. Bu çalışmada endotel hücreleri çinko eklenmeden ve eklendikten sonra linoleik asit ve TNF- α ile muamele edildikten sonra apoptosiz durumu ölçülmüştür. Çinko yetersizliği hücre ölümlerini

artırmıştır. Çinkonun apoptotik hücre ölümünü engelleyici sinyal oluşturarak entotel hücre bütünlüğünü korumada yardımcı olduğu sonucuna varılmıştır.

6. Yüksek ve Düşük Demir Biyoyararlılığı Olan Diyet Alan Erkeklerde Demir Emilimine Uyum

Kısa dönemde demir biyoyararlılığı demir emilimini etkilemesine karşın uzun dönemde depo demirin göstergesi olan serum ferritin düzeyi fazla etkilenmez. Bu çalışmada 31 yaş grubu erkeklerle 12 hafta süre ile yüksek ve düşük demir biyoyararlılığı olan diyet verilerek başlangıç ve dönem sonlarında demir emilimi ölçülmüştür. Yüksek biyoyararlılığı diyetinde 1.8 mg hem demiri bulunurken, düşük biyoyararlılıkta bu 0.1 mg/gün'dür. Diyetlerin toplam demir içeriği sırasıyla 14.4 ve 15.3 mg'dır. Demir emilimi 10 hafta sonunda yüksek biyoyararlı diyetinde 0.96 dan 0.69 mg/güne düşerken, düşük biyoyararlı diyetle 0.12 mg/gün'den 0.17 mg/güne yükselmiştir. Serum ferritin düzeyi değişmezken, gaita ile atılan ferritin düşük biyoyararlılıkta yüksek yararlılıktan daha düşüktür. Emilen demirin kırmızı hücrelere girişi serum ferritin düzeyi ile ters yönden ilintili bulunmuştur. Kısa dönem emilim deneylerinin diyetlerin demir emilimdeki farklılığı tam göstermediği, bireylerin düşük biyoyararlı demir içeren diyetlere zamanla uyum göstererek demir emiliminin arttığı sonucuna varılmıştır.

7. Şişman Erkeklerde Besin Tüketiminin Düşük Rapor Edilmesi: Seçici Olarak Yağ Alımını Düşük Gösterilir

Şişmanlığın oluşmasında aşırı yeme, özellikle yağ içeriği yüksek diyetlerin önemli rol oynamasına karşın, besin tüketim araştırmalarında durum gözlenmemektedir. Bu çalışmada BKİ 34 ± 4 olan 30 şişman erkeğin besin tüketim durumları soruşturularak, enerji harcamaları çiftli işaretlenmiş su yöntemi, su kaybı deuterium işaretlenmiş su yöntemi ile ölçülmüştür. Enerji dengesi deneyin başında, bir haftalık izlem sonunda ve izlemin bitişinden bir hafta sonra kontrol edilmiştir. Bireylerin enerji alımları 10.4 ± 2.5 mJ/gün, harcamaları 16.7 ± 2.4 mJ/gün bulunmuştur. Bireylerin enerji alımlarını %37 \pm 16 daha az rapor etmişlerdir. Besin tüketimi saptandığı dönemde saptanmayan döneme göre ağırlık kaybı farklı bulunmuştur. Yağ durumunun düşük bildirilmesi en önemli faktör olarak saptanmıştır. Bir çok besin tüketim araştırmalarında enerji alım düzeyi düşük bulunmasına karşın ağırlık durumunun yüksek olmasının temelinde bireylerin besin alımlarını özellikle enerji değeri yüksek yağ alımlarını doğru rapor etmemelerinden kaynaklanabilir.

8. Kemik Kütlesi ve Metabolizmasına Diyet- sel Etkiler: Sebze ve Meyve Tüketimi ve Kemik Sağlığı Arasındaki Pozitif İliintiye Ait Ek Veriler

Kemik mineral yoğunluğu (BMD), kemik metabolizması genetik, endokrin, mekanik beslenme faktörlerinden etkilenir. Grubun daha önceki çalışmalarında kalsiyum yanında çinko, magnezyum, potasyum, diyet posası ve C vitamini alımının daha yüksek kemik kütlesi ile ilintili olduğu bulunmuştur. Bu kesitsel çalışmada 45-55 yaş arası 62 kadının BMD ve besin tüketimleri saptanmıştır. Enerji alımı kontrol edildiğinde, magnezyum ve potasyum alımının artması BMD artışı ile ilintili bulunmuştur. Çocukluğundan beri yüksek miktarda sebze ve meyve tüketen kadınların femoral boyun BMD'si az ve orta tüketenlerden daha yüksektir. Sebze ve meyve tüketiminin yüksekliğinin kemik mineral yoğunluğunu arttırdığı sonucuna varılmıştır.

European Journal of Clinical Nutrition Vol. 53, 1999.

1. Nurminen M-L, Niitymen L, Korpela L and Vapaatalo H. Coffee, caffeine and blood pressure: A critical review p, 831.
2. Meance S, Achour L. And Briend A. Comparison of starch digeslibility of blended food prepared with and without extrusion cooking p, 844.
3. Alberti-Fidanzo A, Chiuchii MP, et al. Dietary studies on two rural Italian population group of the Seven Countries Study. 3. Trend of food and nutrient intake from 1960 to 1991, p.554.
4. Kiely M, Morrissey PA, Cogan PF and Klarney PJ. Low Molecular weight plasma antioxidants and lipid peroxidation in maternal and cord blood p, 861.
5. Karhomen MH, Litmanen H, Rauramaa R, et al. Adherence to the salt restriction diet among people with mildly elevated blood pressure p, 880.
6. Day DK, Rothenberg E, Sundh V et al. Height and body weight in elderly. I. A 25-year longitudinal study of a population aged 70 to 95 years p, 905.
7. Brot C, R Ye Jorgensen N and Sorensen H.O. The influence of smoking on vitamin D status and calcium metabolism p, 920.

8. Hernandez-Diaz S, Peterson KE, Dixit S, et al. Association of short stature with stunting in Mexican children: Common genes vs common environment p, 938.

1. Kahve, Kafein ve Kan Basıncı

Bu derleme yazıda konuya ilişkin 1966-1999 yılları arasında yayınlanan araştırmalar gözden geçirilmiştir. Kahve ve kafein alındığı anda kan basıncını yükseltmektedir. Özellikle hipertansif bireylerde bu akut etki belirgindir. Bunun yanında kronik kahve ve kafein alımı kan basıncın etkilememektedir. Epidemiyolojik araştırmalarda kahve tüketimi ile kan basıncı arasında çelişkili bulgular elde edilmiştir. Rutin olarak içilen kahveye karşı tolerans oluştuğundan uzun dönemde kan basıncında artış gözlenmemektedir. Hipertansiyona yatkın bireyler için kahve alımının zararlı olabileceği sonucuna varılmıştır. Kafeinin kardiyovasküler etki mekanizmasının adenozin alıcılarının bloke edilmesi ve fosfodiesteraz enziminin aktivitesinin baskılanmasıyla ilintili olabileceği belirtilmiştir.

2. Ön Pişirme İşlemi Uygulanmış ve Uygulanmamış Mısır Unu-Soya Unu Karışımından Nişasta Sindirimi

Mısır-soya karışımı yüksek proteinli unun raf ömrünü artırmak için ön pişirme işlemi uygulanmaktadır. Bu çalışmada ön pişirme işlemi görmüş ve görmemiş un 80 °C 15 dakika pişirilerek gönüllü bireylere yedirilmiş ve nişastanın sindirilebilirliği soluk H₂'ni ölçülerek saptanmıştır. İnvitro deneyde ön pişirme işlemi görmemiş unun dirençli nişasta çözünür ve çözünmez diyet posası değeri ön pişirilmişten yüksek bulunmuştur. İnvitro deneyde farklılık gözlenmemiştir. Ön pişirmenin karışık besinin sindirilebilirliğini fazla etkilemediği, yüksek posalı besinlerin ön pişirilmesinin kalın barsakta karbonhidrat fermentasyonunu arttırdığı, tokluğu olumlu etkilediği sonucuna varılmıştır.

3. Yedi Ülke Araştırmasına Katılan İki İtalyan Kırsal Toplum Grubunda Beslenme Araştırması

Yedi ülke araştırmasında (1960) incelenen iki kırsal toplum grubunun besin tüketim durumları 1991'e kadar her 5 veya 10 yılda incelenmiştir. Yaşın ilerlemesi, çalışma aktivitelerinin azalması yaşam biçiminin değişmesine paralel olarak enerji alımı azalmıştır. Besin gruplarının enerjiye katkılarında da değişmeler olmuştur. Buna göre su ürünleri, et, sebze, meyve, tatlı yiyecek ve içeceklerden gelen enerji oranı artar-

ken, ekmek ve alkollü içeceklerden sağlanan enerji oranı azalmıştır. Daha önce geliştirilen Akdeniz Diyeti Yeterlilik Puanına göre değerlendirildiğinde, bir grupta 1965'de 2.9 olan puan 1991'de 2.2'ye; diğer grupta 5.6 dan 3.9'a düşmüştür. Bu indeks 1960'da Akdeniz Örnek Diyetinde 7.5 olarak belirlenmiştir. Otuz bir yıl içinde besin tüketim örüntüsünde önemli değişimin olduğu düşünülerek toplumların beslenme alışkanlıklarının ve eğilimlerin belirli zamanlarda ölçülmesi ve değişimi etkileyen faktörlerin ve sağlık yönünden sonuçlarının saptanması gerektiği sonucuna varılmıştır.

4. Anne ve Kord Kanında Düşük Molekül Ağırlıklı Antioksidantlar ve Lipid Peroksidasyonu

İnsan plazması değişik tür ve miktarda oksidasyon stresinden koruyan antioksidantları içermektedir. Bunlardan düşük molekül ağırlıklı olanların başlıcaları; ürat, askorbik asit ve alfa tokoferoldür. Yenidoğan, özellikle erken ve düşük ağırlıklı doğanlar metal iyonları transfer etme yetenekleri düşük olduğundan oksidasyon stresine duyarlıdırlar. Bu çalışmada gebe kadınlarda ve doğumlarda kord kanlarında ürat, bilirubin, albümin ve kükürtlü moleküllerin düzeyleri saptanmıştır. Ürat, bilirubin ve kükürtlü moleküller kord kanında anne kanından daha yüksek düzeylerde bulunmuştur. Albümin düzeyi ise benzerdir. Kord kanında TBARS üretimi, anne kanından daha düşüktür. Kord kanında düşük molekül ağırlıklı antioksidantların yüksek düzeyde bulunması lipid peroksidasyonuna direnci artırmaktadır.

5. Tuz Sınırlı Diyetin Hipertansiyonun Denetiminde Etkisi

Hafif hipertansif bireyler günlük tuz alımını 5 gramla sınıflandırmaları konusunda klinik diyetisyen tarafından uyarılmış ve diyetleri 2 hafta kontrol altında tutulmuş ve ücretsiz tuzsuz ekmek sağlanmıştır. Tuz alımı 4 günlük besin tüketimi ile idrarla sodyum alımı izlenerek denetlenmiştir. Bireylerin %20'si günlük 5 g tuz alımının belirleyicisi olan idrarla sodyum atımını 74 mmol/24 saat sağlayabilmişlerdir. Bu bireylerde sistolik ve diyastolik kan basıncında sırasıyla 7.1 ± 12.7 ve 4.2 ± 7.5 düşüş olmuştur. Tuz alımının orta derecede sınırlanmasının kan basıncının denetiminde etkili olabileceği, fakat bireylerin az tuzlu diyetle uyumlarının zor olduğu sonucuna varılmıştır. Ekmeğin az tuzlu üretimi, bireylerin tuz alımlarını sınırlamada etkili olabilmektedir.

6. Yaşlılarda Boy ve Ağırlık Değişimi 70 ile 95 Yaş Arası Nüfusta 25 Yıllık Uzunlamasına Bir Çalışma

Bu çalışmada 1971-72 yılında 70 yaşında olan 449 erkek ve 524 kadının boy ve ağırlık ölçülerindeki değişme 25 yıl süre ile izlenmiştir. Bu süre içinde boy ölçüsünde erkeklerde 4, kadınlarda 4.9 cm kısalma olmuştur. Bu 70 ile 75 yaş arasında 0.3 cm dir. 25 yıl içinde ağırlık azalması erkeklerde 3.2, kadınlarda 5.1 kg bulunmuştur. Boy ve ağırlık ölçülerindeki azalmadan BKİ daha az etkilenmiştir. 70 yaşından sonra boy ve ağırlıkta azalma olduğu, kadınlardaki değişimin erkeklerden daha önemli olduğu sonucuna varılmıştır.

7. Sigara İçiminin Vitamin D ve Kalsiyum Metabolizmasına etkisi

Kesitsel düzendeki bu çalışmada yaşları 45-58 yıl olan 510 kadın sigara içme durumlarına göre gruplandırılarak serum 25 hidroksi vit D, 1.25 dihidroksi vit. D, PTH, iyonize Ca, P, osteokalsin ve idrar piri-dinolin düzeyleri ölçülmüştür. Aynı şekilde kemik yoğunluğu ve kalsiyum metabolizmasını etkileyen diğer faktörler de incelenmiştir. Sigara içenlerin serum 25 OH vit D, 1.25 (OH)₂ vit D ve PTH düzeyleri önemli şekilde düşük bulunmuştur. İyonize kalsiyum düzeyi ise farksızdır. Sigara içiminin osteokalsin üzerine olumsuz etkisi gözlenmiştir. Sigara içimi kemik yoğunluğunu da azaltmıştır. Sigara içiminin diğer faktörlerden bağımsız olarak vitamin D ve kalsiyum metabolizmasını olumsuz yönde etkilediği, bunun da osteoporozis için risk oluşturduğu sonucuna varılmıştır.

8. Annenin Kısa Yapılı Olması İle Meksika'daki Çocukların Boy Kısaliğının İlintisi

Boyu kısa annelerin çocuklarının kısa boylu olabileceği, fakat çevresel faktörlere göre bu durumun değiştiği belirlenmiştir. Sosyo-ekonomik durumu yüksek grupta anne boy kısaliğı ile çocuk boy kısaliğı ilintisi önemli iken, yoksul bölgelerde sosyo-ekonomik faktörlerin çocuk boy kısaliğını daha çok etkilediği bulunmuştur. Bu bulgu çocukların optimum büyümelerini sağlamak için çevresel faktörlerin düzeltilmesinin gerekliliğini göstermektedir. Çocuklukta ağırlığa göre boyu kısa olan çocukların ileriki yaşlarda kronik hastalıklara (şişmanlık, diyabet, kardiyovasküler hastalıklar) yatkın olabilecekleri de düşünülerek çocukluk çağında büyümeyi olumsuz etkileyen başta beslenme olmak üzere çevresel faktörlerin düzeltilmesi gerektiği vurgulanmıştır.

Nutrition Vol. 16, 2000

1. Bourdel-March Asson I, Barateau M, Rondeau V A, et al. Multi-Center Trial of the effects of oral nutritional supplementation in critically ill older inpatients p, 1.
2. Sakomoto N and Nishike T. Effects of eicosapentaenoic acid intake on plasma fibrinolytic and coagulation activity by using physical load in the young p, 11.
3. Hatanaka N, Nakaden H, Yamanoto Y, et al. Selenium kinetics and changes in glutathione peroxidase activities in patients receiving long-term parenteral nutrition and effects of supplementation with selenite p, 22.
4. Geliebter A, Gluck EM, Tanowitz T, et al. Work-shift period and weight change p, 27.
5. Omran ML, and Morley JE. Assessment of protein energy malnutrition in older persons, part 1: History, examination, body composition and screening tools p, 50.

1. Hastanede Yatan Yaşlı Bireylerde Oral Besin Eklenmesinin Etkisinin İncelenmesi

Yaşlı bireylerde basınç ülseri sık görülen bir sorundur. Hastanelik olan yaşlıların %13'e yakınında bu sorun gözlenmiştir. Bu çalışmada hastanede yatan hastaların bir grubuna günde iki kez 200 kkal'lik ek beslenme yapılmış, diğeri kontrol grubu olarak düşünülmüştür. Her iki grupta basınç ülser belirtileri (I. derece eritime, II. deri dökülmesi, III. Derece deri altı lezyonları) yönünden incelenmiştir. Norton puanlamasına göre ek beslenme yapılan grupta basınç ülser belirtileri yapılmayanlardan daha az görülmüş ve serum albümin düzeyleri de daha düşüktür. Ek besin verilen grubun enerji ve protein alımları daha yüksektir. Basınç ülseri risk faktörlerinin başlıcaları hipoproteinemi, başkalarına bağımlı olma, düşük Norton puanı ve kalça kırıklarıdır.

2. Genç Bireylerde Fiziksel Yükleme Sırasında Eikosapentaenoik Asit (EPA) Alımının Plazma Fibrinolitik Ve Koagülasyon Aktivitesine Etkisi

Bu çalışmada yaşları 19-23 yıl arasında değişen genç bireylerde bisiklet ergometresi (90 W, 20 dakika) kullanılarak iki hafta günde 1.125 g EPA alımından önce ve sonra plazma fibrinolitik ve koagülasyon aktivitesi ölçülmüştür. EPA alımı ile fibrinolitik aktivite artmış plazmin-alfa 2 plazmin engelleyici komp-

leks (PIC) düzeyi %16.7 azalmış ve trombin-antitrombin kompleks (TAT) %75.4 artmıştır. Fibrin yıkım ürünü D-dimer peptid değişmemiştir. Fiziksel yüklenmeyle EPA alımından 1 saat sonra PIC düzeyi %26.7 düşmüş, TAT düzeyi %51.1 artmış, D-dimer düzeyi %24 artmıştır. Düşük miktarda EPA alımının fibrinolitik aktiviteyi düşürdüğü, koagülasyon aktiviteyi artırdığından EPA'nın karaciğer ve böbrek fonksiyonunu etkilediği sonucuna varılmıştır. EPA alımı sistolik kan basıncını 5 mm Hg, diyastolik basıncı 10 mmHg düşürmüştür.

3. Uzun-Dönem Parenteral Beslenme Uygulanan Hastalarda Selenyum Kinetiği, Glutathione Peroksidaz Aktivitesinde Değişme ve Selenit Eklenmesinin Etkisi

Bu çalışmada uzun- dönem parenteral beslenme alan hastalarda Serum Se, ve kırmızı kan hücre glutathione peroksidaz aktivitesi CSHPx ve idrarla Se atımı 100-200 mikrogram/gün sodyum selenit eklenmeden ve eklendikten sonra ölçülmüştür. Se eklenmeyen grubun Se düzeyi ve GSH-Px aktivitesi düşük bulunmuştur. Se eklendikten sonra ölçülen parametrelerde önemli iyileşmeler görülmüştür. Uzun süre parenteral beslenme uygulanan hastalarda sadece serum Se düzeyine bakmakla yetinmeyip, kırmızı hücre GSH-Px ve idrarda Se atımı da izlenmelidir. İdrar Se düzeyinin, alımın iyi bir göstergesi olduğu belirtilmiştir.

4. Rotasyon Esasına Göre Çalışma ve Ağırlık Değişimi

Bu çalışmada gündüz ve akşam-gece rotasyonu esasına göre çalışanların beden ağırlıklarında, besin alımlarında, fiziksel aktivitelerinde ve uyku durumlarındaki değişme anket yöntemiyle saptanmıştır. Altı haftalık sürede gece rotasyonundakiler ortalama 4.3 kg, gündüzdekiler 0.9 kg ağırlık kazanmışlardır. (p< 0.02). Buna karşın BKİ fazla değişmemiştir. Gece çalışanların fiziksel aktivitelerinin daha az olduğu, son yemeği daha geç yedikleri ve daha çok uyudukları bulunmuştur. Aktivite, yemek düzeni ve uyku durumunun ağırlık kazanımında etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

5. Yaşlı Bireylerde Protein - Enerji Malnütrisyonunun Saptanması, Bölüm I. Tarihçe, İnceleme, Beden Bileşimi ve Tarama Yöntemleri

Bu derleme yazıda yaşlılarda malnütrisyonun oluşum nedenleri ve erken tanı yöntemleri ayrıntılı olarak verilmiştir. Hastalısız aktif ve başarılı bir yaşlılık için yaşla oluşabilecek malnütrisyon durumunun erken evrelerde saptanarak, gerekli önlemlerin alınmasında yapılması gerekenler özetlenmiştir.

Türk Halkının Yüksek Dansiteli Lipoprotein Düzeyi Düşük: koroner kalp hastalığı için bir risk faktörü. Mahley WR, Bersot PT. Türk Kardiyoloji Derneği Arşiv. 27:37, 1999.

Yüksek dansiteli lipoprotein kolesterolün düşüklüğünün koroner kalp hastalığı için risk faktörü olduğu bilinmektedir. Bu yazıda 1990'da başlayan Türk Kalp Araştırmasında yaklaşık 9000 gönüllüden elde edilen lipid değerlerinden yüksek dansiteli lipoprotein (HDL) düzeyinin düşüklüğünün nedenleri ve koroner kalp hastalığı yönünden önemi anlatılmaktadır.

Yaşa göre uyarlanmış plazma lipid düzeyleri mg/dl olarak erkek ve kadında sırasıyla şöyledir: Total kolesterol 160-202 ve 162-190, LDL-C/total kolesterol oranı 4.3-5.5 ve 3.9-5.1, trigliserit 124-142 ve 90-121. Total ve LDL kolesterolü en düşük Ayvalı'da en yüksek İstanbul'da yaşayanlarda iken, HDL-C düzeyi Ayvalık ve İstanbul'da diğer illerden daha yüksektir. HDL-C düzeyi ortalama mg/dl olarak ABD de erkeklerde 47, kadınlarda 56, Almanya'da 47 ve 60 iken, Almanya ve ABD'de yaşayan Türklere 38 ve 46 bulunmuştur. Bu bulgular Türklere HDL-C düzeylerinin düşük olduğunu göstermektedir. Karşılaştırmalara göre ABD'li erkeklerin %15'inin HDL-C düzeyi düşükken, bu oran Türk erkeklerinde %50 dir. ABD'li kadınların %5'inin HDL-C'ü düşükken, bu oran Türk kadınlarında %25'dir. Yurt dışında yaşayan Türklere de benzer durumun gözlenmesi bu-

nun; sigara içimi, fiziksel aktivite eksikliği, şişmanlık ve beslenme alışkanlığı yanında genetik kaynaklı olabileceğini düşündürmüştür. Bazı enzimler ve taşıyıcı proteinler HDL-C metabolizmasında rol aldıklarından kan-HDL-C düzeyinin denetiminde etkindirler. Bunlardan hepatik lipaz ve kolesterol ester transfer proteinin yüksekliği ile düşük HDL-C düzeyi ilintilidir. Türk toplumunda hepatik lipaz aktivitesi diğer toplumlardan daha yüksek bulunmuştur. Yüksek hepatik lipaz aktivitesi özellikle düşük HDL₂ ile ilintilidir. Hepatik lipaz aktivitesinin yüksekliğinin bireyler arası HDL-C düzeyi farklılığının %25-50 sinden sorumlu olabileceği hesaplanmıştır. Buna göre Türk halkı çevresel faktörler yanında genetik olarak da koroner kalp hastalığına yatkındır. Türk halkının HDL-C düzeyi 10-15 mg/dl daha düşük düzeyde olduğuna göre 200 mg/dl kolesterol düzeyini arzu edilir bulmak doğru olmaz. Türk erkeklerinin ortalama HDL düzeyi 35 mg/dl olduğuna göre arzu edilir kolesterol düzeyi 180 mg/dl olmalıdır. LDL-C normal olmasına karşın düşük HDL-C'e sahip bireylerin tedavi edilmesi gerektiği belirtilmiştir. Lovastatinle tedavi edildiğinde LDL'de %26 düşüş, HDL'de %5 artış sağlanmaktadır. Tedavi edilen grupta koroner yetersizliğin görülme riski %36 daha düşüktür. İlaç tedavisi; diyet, egzersiz ve yaşam biçimini düzeltmeye cevap vermeyen bireylere uygulanmaktadır. HDL-C 50 mg/dl üstünde LDL-C 130 mg/dl altında tutulması koroner kalp hastalığı riskini düşürmektedir.