

## بررسی تاثیر مصرف قرص مخمر بر روی قند و چربی‌های خون بیماران دیابتیک (نوع دوم) مبتلا به دیس لیپیدمی

شهناز روانشاد (Ph.D.) \* حسین خسروی بروجنی (M.Sc.) \*\*

محمود سوید (M.D.) \*\*\* بهرام ضیغمی (Ph.D.) \*\*\*\*

### چکیده

**سابقه و هدف:** تحقیقات نشان می‌دهد که کمبود کرومیوم باعث اختلال در متابولیسم گلوکز و چربی گردیده و مکمل کرومیوم باعث بهبود میزان گلوکز و لیپیدهای خون می‌شود. به علاوه، کرومیوم ارگانیک مانند آنچه در قرص مخمر یافت می‌شود، جذب بهتری از کرومیوم غیر ارگانیک دارد. هدف از این مطالعه، بررسی تاثیر مصرف کرومیوم موجود در قرص مخمر بر روی میزان قند و چربی‌های خون بیماران دیابتیک (نوع دوم) مبتلا به دیس لیپیدمی می‌باشد.

**مواد و روش‌ها:** در یک مطالعه کارآزمایی بالینی به روش قبل و بعد، ۴۰ بیمار دیابتیک (نوع دوم) مبتلا به دیس لیپیدمی (۳۲ نفر زن و ۸ نفر مرد) مراجعه کننده به مرکز دیابت استان فارس واقع در مرکز بهداشتی- درمانی نادر کاظمی شیراز که در دامنه سنی ۶۸-۴۰ سال با میانگین نمایه توده بدنی  $28 \pm 4/8$  کیلوگرم بر مترمربع و فاقد بیماری‌های کبدی، کلیوی، قلبی- عروقی بودند، به‌طور نمونه گیری ساده انتخاب گردیدند. پرسشنامه جهت مشخصات آنروپومتری، اجتماعی و پارامترهای پاراکلینیکی تکمیل گردید. یک یادآمد ۲۴ ساعت گذشته مواد غذایی برای بیماران نیز تکمیل گردید. سپس روزانه قرص های مخمر که حاوی ۱۴/۴ میکروگرم کرومیوم بود به مدت ۴ و ۸ هفته برای بیماران تجویز گردید. قند خون ناشتا، کلسترول تام، HDLc، LDLc قبل و بعد از ۴ و ۸ هفته مصرف قرص مخمر اندازه گیری شد. رژیم غذایی، وزن، BMI قبل و بعد از مصرف قرص مخمر نیز اندازه گیری گردید. اطلاعات جمع آوری شده توسط نرم افزار SPSS و آزمون آمار T زوج و روش همبستگی پیرسون و نمودار خطی رگرسیون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

**یافته‌ها:** نتایج نشان می‌دهد که میانگین وزن و BMI قبل و بعد از مصرف قرص مخمر تغییر معنی داری نداشت. میانگین مصرف انرژی، کربوهیدرات، پروتئین، چربی، کلسترول، کرومیوم غذایی قبل و بعد از ۴ و ۸ هفته مصرف قرص مخمر به طور معنی داری تغییر نداشت است. میانگین قند خون ناشتا بعد از ۸ هفته مصرف قرص مخمر به‌طور معنی داری کاهش یافته ( $P < 0/04$ ) است. میانگین LDLc بعد از ۴ و ۸ هفته مصرف قرص مخمر کاهش معنی داری ( $P < 0/001$ ) یافته است. میانگین HDLc بعد از ۴ و ۸ هفته مصرف قرص مخمر به‌طور معنی داری افزایش ( $P < 0/05$ ) یافته است. میانگین کلسترول تام بعد از ۸ هفته مصرف قرص مخمر به‌طور معنی داری کاهش یافت ( $P < 0/05$ ) است. رابطه معکوس معنی داری ( $P < 0/001$ ) بین کلسترول تام اولیه و درصد تغییرات کلسترول تام موجود است.

**استنتاج:** نتایج این بررسی نشان می‌دهد که مصرف قرص مخمر حاوی ۱۴/۴ میکروگرم کرومیوم باعث کاهش میزان قند خون، کلسترول تام، LDLc، TG می‌گردد. در ضمن سطح HDLc را افزایش می‌دهد که کلیه این تغییرات منجر به کاهش میزان بیماری‌های قلبی- عروقی که بروز آن در بیماران مبتلا به دیابت شایع است، خواهد گردید.

**واژه های کلیدی:** کرومیوم، قرص مخمر، دیابت نوع دوم، قند خون و لیپیدهای پلاسما

✉ شیراز: کوی زهرا- دانشکده بهداشت

\*\*\* دانشیار گروه داخلی- فوق تخصص غدد دانشگاه علوم پزشکی شیراز

\* دانشیار گروه تغذیه دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شیراز

\*\* کارشناس ارشد علوم تغذیه

\*\*\*\* استاد گروه آمار حیاتی دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی شیراز

تاریخ تصویب: ۱۳۸۳/۱۰/۲

تاریخ انجام اصلاحات: ۱۳۸۳/۶/۲

تاریخ دریافت: ۱۳۸۳/۲/۱۵

## مقدمه

بیماری دیابت یکی از بزرگ‌ترین مشکلات بهداشتی است (۱) شمار مبتلایان به دیابت در آمریکا ۱۶ میلیون نفر یعنی حدود ۵/۹ درصد جمعیت آمریکا است (۲) و همه ساله بیش از ۶۵۰ هزار مورد جدید دیابت تشخیص داده می‌شود (۳). مبتلایان به دیابت در ایران ۲-۱/۵ درصد از کل جمعیت و ۷/۸ درصد جمعیت بالای ۴۰ سال را شامل می‌شوند (۴)، افزایش قند خون که در نتیجه این بیماری ایجاد می‌شود می‌تواند منجر به عوارض ناشی از دیابت شود از جمله این عوارض می‌توان به اختلال متابولیسم کربوهیدرات‌ها، پروتئین‌ها و چربی‌ها و نیز آسیب عروق خونی، اعصاب، کلیه‌ها و چشم‌ها اشاره کرد (۲)، یکی از عوارض اصلی دیابت، آترواسکلروز می‌باشد که نسبت به غیر دیابتی‌ها شدیدتر و شایع‌تر است. مرگ و میر ناشی از آترواسکلروز در دیابتی‌ها دو تا سه برابر غیردیابتی‌ها است و طول زندگی را پنج تا هفت سال کاهش می‌دهد (۵). طبق مطالعات انجام شده اختلال چربی‌های خون (دیس‌لیپیدی) از جمله تری‌گلیسرید و بخصوص کلسترول از عوامل خطر جهت ایجاد آترواسکلروز می‌باشد (۶). طبق شواهد موجود در افراد دیابتیک، سطح کلسترول و تری‌گلیسرید نسبت به افراد غیر دیابتیک بالاتر است (۶). تحقیقات اخیر نشان داده است که کرومیوم یک ماده مغذی ضروری برای متابولیسم قندها و چربی‌ها است (۷). در سال ۱۹۵۹ کرومیوم به عنوان یک ترکیب فعال در تحمل گلوکز معرفی شد (۸) و در سال ۱۹۸۹ نیز مقدار RDA برای کرومیوم ۵۰ تا ۲۰۰ میکروگرم در روز تعیین شد (۹) در مطالعات انجام شده بیماران دیابتیک یا افراد مبتلا به اختلال تحمل گلوکز پس از مصرف مکمل کرومیوم به میزان ۴۰ تا ۵۰ درصد در اختلال تحمل گلوکز بهبود حاصل شد و نیز کلسترول سرم کاهش یافته و پاسخ انسولین به مصرف گلوکز بهبود یافت (۱۰).

بر اساس تحقیقات انجام شده در افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ مکمل کرومیوم منجر به بهبود گلوکز خون، انسولین، هموگلوبین گلیکوزیله و کاهش شدت و عوارض دیابت می‌شود (۹). به عبارت دیگر کرومیوم سیستم انسولین/گلوکز را در بیماران هیپو و هیپرگلیسمیک و دیابتیک بهبود می‌دهد (۱۱). به نظر می‌رسد عمل اصلی کرومیوم تنظیم قند خون باشد، چرا که کمبود کرومیوم با دیابت ارتباط دارد (۱۲) و مکمل کرومیوم منجر به بهبود Insulin Binding تعداد گیرنده‌های انسولین، افزایش حساسیت سلول‌های بتاپانکراس، افزایش آنزیم‌های وابسته به انسولین و در مجموع افزایش حساسیت بافت‌ها به انسولین می‌شود (۱۱، ۱۳). ترکیبات کرومیوم غیر ارگانیک در انسان جذب پایینی (۳-۱ درصد) دارند. کرومیوم ارگانیک مانند آنچه در مخمر آبجو دریافت می‌شود، جذب بهتری از کرومیوم غیر ارگانیک دارد (۱۴). بیش از نیمی از کرومیوم موجود در مخمر آبجو به صورت ارگانیک است (۱۵). این شکل کرومیوم به همراه نیکوتینیک اسید و آمینواسیدها به عنوان ((عامل تحمل گلوکز)) شناخته می‌شود. در بین غذاها مخمر آبجو غنی‌ترین منبع حاوی ((عامل تحمل گلوکز)) است (۱۶) مخمر آبجو که به نام علمی ساکارومایس سروزیه شناخته می‌شود، غنی‌ترین منبع کرومیوم در بین مواد غذایی به شمار می‌رود؛ به طوری که هر گرم آن حاوی ۴ میکروگرم کرومیوم می‌باشد (۱۴). در ضمن با توجه به مطالعات انجام شده تاثیر کرومیوم حاصل از مخمر آبجو در بهبود حساسیت به انسولین و اختلال تحمل گلوکز بیش از کرومیوم حاصل از کرومیوم کلراید می‌باشد (۱۷). با توجه به این که مطالعات انجام شده همگی در کشورهای پیشرفته که از نظر تغذیه ای و اقتصادی، اجتماعی و نژادی با کشور ما متفاوت است

صورت گرفته است (۸،۴،۳) و تا آنجا که ما می دانیم در ایران مطالعه‌ای در این خصوص انجام نشده است و نیز از آنجایی که قرص مخمر جهت افزایش اشتها و افزایش وزن توسط جوانان و به خصوص ورزشکاران مورد استفاده قرار می‌گیرد، این مطالعه جهت بررسی تاثیر مصرف قرص مخمر بر روی قند و چربی‌های خون بیماران دیابتیک (نوع ۲) برای اولین بار در ایران طراحی و اجرا گردید.

## مواد و روش‌ها

در یک مطالعه کارآزمایی بالینی از نوع قبل و بعد، ۴۰ بیمار دیابتیک (نوع دوم) مبتلا به دیس لیپیدی می (۳۲ نفر زن و ۸ نفر مرد) در دامنه سنی ۶۸-۴۰ سال با نمایه توده بدنی  $28 \pm 4/8$  (کیلوگرم بر مترمربع) مراجعه کننده به مرکز دیابت استان فارس واقع در مرکز بهداشتی درمانی نادر کاظمی شیراز، به صورت نمونه گیری ساده انتخاب گردیدند. شرایط انتخاب بیماران که توسط پزشک فوق تخصص غدد مشخص گردید شامل عدم ابتلا به بیماریهای کبدی، کلیوی، پانکراس، قلبی-عروقی و میزان کلسترول تام بیش تر از ۲۲۰ میلی گرم در دسی لیتر بود.

سپس روزانه ۱۲ عدد قرص مخمر ۳۰۰ میلی گرمی *Brewers yeast healthilife* که حاوی ۱۴/۴ میکروگرم کرومیوم و نیاسین، تیامین، ریوفلاوین و سیلیکان دی اکسید نیز می‌باشد) بمدت ۸و۴ هفته به بیماران تجویز گردید. از بیماران خواسته شد که در رژیم غذایی و فعالیت فیزیکی خود، همچنین میزان مصرف داروهای کاهش دهنده قند خون به دلیل مشکلات پزشکی و اخلاقی، تغییری ندهند. وزن و قد بیماران اندازه گیری شد و نمایه توده بدنی قبل و بعد از مصرف قرص مخمر محاسبه گردید. مصرف مواد غذایی بیماران به وسیله پرسشنامه یادآمد غذایی ۲۴ ساعته سه روز گذشته قبل و

بعد از مصرف قرص مخمر جمع آوری شد. میزان قند خون ناشتا، کلسترول تام، کلسترول LDL، کلسترول HDL و تری گلیسرید سرم (بعد از ۱۴-۱۲ ساعت ناشتا) نیز قبل و بعد از ۸و۴ هفته مصرف قرص مخمر در آزمایشگاه مرکز بهداشتی-درمانی نادر کاظمی اندازه گیری گردید. میزان گلوکز سرم با روش آنزیمی (گلوکز اکسیداز)، تری گلیسرید با روش آنزیمی هیدرولیز لیپاز/ گلیسرول کیناز، کلسترول توتال به روش آنزیمی استرازا اکسیداز و کلسترول HDL با روش رسوبی اندازه گیری گردید. میزان کلسترول LDL از فرمول زیر محاسبه شد:

$$LDLc = TC - HDLc - \frac{TG}{5}$$

اطلاعات توسط نرم افزار SPSS و آزمون‌های آماری T زوج و ضریب همبستگی پیرسون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. برای آنالیز یادآمد غذایی ۲۴ ساعته گذشته از نرم افزار Nutrition III (N3) استفاده گردید.

## یافته‌ها

در این مطالعه ۴۰ بیمار مبتلا به دیابت نوع دوم که ۳۲ نفر زن (۸۰ درصد) و ۸ نفر مرد (۲۰ درصد) با میانگین سنی ۵۳/۲۲ سال (دامنه سنی ۶۸-۴۰ سال) انتخاب گردیدند. میانگین قد بیماران  $157/5 \pm 8/4$  سانتی متر و میانگین وزن بیماران در ابتدای مطالعه  $70/5 \pm 12/6$  کیلوگرم بود. و بعد از ۸و۴ هفته مصرف قرص مخمر به ترتیب به  $70/81 \pm 12/6$  کیلوگرم و  $70/5 \pm 12/6$  کیلوگرم که از نظر آماری اختلاف معنی داری ( $p = 0/077$ ) و  $p = 0/263$  نداشت. میانگین نمایه توده بدنی (BMI)  $28 \pm 4/8$  کیلوگرم بر مترمربع که بعد از ۸و۴ هفته مصرف قرص مخمر به  $28/2 \pm 4/8$  کیلوگرم بر مترمربع تغییر کرد که از نظر آماری اختلاف معنی داری ( $p = 0/099$ )

جدول شماره ۲: میانگین و انحراف معیار میزان قند خون و لیپیدهای سرم بیماران دیابتیک مورد مطالعه قبل و بعد از ۸ هفته مصرف روزانه قرص مخمر

متغیرها	ابتدای مطالعه	۴ هفته بعد از مصرف قرص مخمر	۸ هفته بعد از مصرف قرص مخمر
کلسترول تام (میلی گرم در دسی لیتر)	۲۶۶ ± ۳۷/۴	۲۲۱ ± ۳۶/۶	۲۱۵/۳ ± ۲۹/۴
LDL کلسترول (میلی گرم در دسی لیتر)	۱۴۸/۳ ± ۵/۸	۱۲۶/۳ ± ۵/۹	۱۲۴/۵ ± ۲۷/۳
HDL کلسترول (میلی گرم در دسی لیتر)	۳۶/۱ ± ۵	۴۱/۳ ± ۸/۸	۴۲/۳ ± ۷/۵
تری گلیسرید (میلی گرم در دسی لیتر)	۲۹۶/۵ ± ۲۱۶/۲	۲۳۳/۳ ± ۱۸۴	۱۱۶/۱ ± ۳
HDL کلسترول/ کلسترول تام	۹/۳ ± ۱/۳	۵/۵ ± ۱/۴	۵ ± ۱/۱
قند خون ناشتا (میلی گرم در دسی لیتر)	۱۹۱/۲ ± ۵۲/۸	۱۸۱ ± ۴۶/۲	۱۷۵/۴ ± ۵۱/۷

بین مقدار کلسترول تام در ابتدای مطالعه با نسبت درصد تغییرات کلسترول تام رابطه معکوس معنی داری ( $r = -0.651$  و  $p = 0.001$ ) مشاهده شد. بین HDLc در ابتدای مطالعه با نسبت درصد تغییرات HDLc رابطه معکوس معنی داری ( $r = -0.552$  و  $p = 0.003$ ) وجود داشت. بین LDLc در ابتدای مطالعه با نسبت درصد تغییرات LDLc نیز رابطه معکوس معنی داری ( $r = -0.644$  و  $p = 0.001$ ) موجود بود.

بین تری گلیسرید در ابتدای مطالعه با نسبت درصد تغییرات تری گلیسرید رابطه معکوس معنی داری ( $r = -0.507$  و  $p = 0.008$ ) وجود داشت؛ یعنی هر چه میزان اولیه فاکتور ها بیش تر بوده در اثر مصرف قرص مخمر کاهش بیش تری در میزان آن‌ها موجود است. هر چه میزان HDLc در ابتدا مطالعه کم تر بوده است، افزایش HDLc در اثر مصرف قرص مخمر بیش تر است.

## بحث

نتایج این مطالعه نشان می دهد که مصرف روزانه قرص مخمر حاوی ۱۴/۴ میکروگرم کرومیوم به مدت ۴

مشاهده نشد. جدول شماره ۱ میانگین و انحراف معیار میزان مواد مغذی مصرفی بیماران دیابتیک را در ابتدای مطالعه، ۸ و ۴ هفته پس از مصرف قرص مخمر که حاوی ۱۴/۴ میکروگرم کرومیوم می باشد را نشان می دهد. میانگین انرژی، کربوهیدرات، پروتئین، چربی، فیبر و کرومیوم مصرفی قبل و بعد از مصرف قرص مخمر از نظر آماری اختلاف معنی داری را نشان نداد. جدول شماره ۲ میانگین و انحراف معیار میزان قند خون ناشتا و لیپیدهای سرم بیماران دیابتی را قبل و بعد از ۸ هفته مصرف قرص مخمر نشان می دهد. میانگین قند خون ناشتا و کلسترول تام بعد از ۸ هفته مصرف قرص مخمر کاهش یافته که از نظر آماری اختلاف معنی دار (به ترتیب  $p < 0.043$  و  $p < 0.05$ ) است میانگین LDLc بعد از ۸ هفته مصرف قرص مخمر کاهش داشته که اختلاف از نظر آماری معنی دار ( $p < 0.0001$  و  $p < 0.034$ ) است. میانگین تری گلیسرید بعد از ۸ هفته مصرف قرص مخمر نیز کاهش داشته که از نظر آماری معنی دار ( $p < 0.001$ ) است.

بین مقدار قند خون ناشتا در ابتدای مطالعه با درصد تغییرات قند خون ناشتا رابطه معنی داری ( $r = 0.08$  و  $p = 0.347$ ) مشاهده نشد.

جدول شماره ۱: میانگین و انحراف معیار میزان مواد مغذی مصرفی بیماران دیابتیک مورد مطالعه قبل و بعد از ۸ هفته مصرف روزانه قرص مخمر

متغیرها	ابتدای مطالعه	۴ هفته بعد از مصرف قرص مخمر	۸ هفته بعد از مصرف قرص مخمر
انرژی (کیلوکالری)	۱۹۰۰ ± ۲۱۴	۲۰۰۱ ± ۳۸۵	۱۹۸۰ ± ۴۲۲
پروتئین (گرم)	۷۳ ± ۱۸/۸	۷۲ ± ۲۲/۶	۷۴ ± ۱۷/۴
کربوهیدرات (گرم)	۳۰۴ ± ۹۹/۹	۳۰۷ ± ۷۴/۸	۳۱۲ ± ۸۹
چربی کل (گرم)	۴۸ ± ۱۵/۷	۵۶ ± ۱۹/۷	۵۲ ± ۲۱
چربی اشباع (گرم)	۱۴ ± ۵	۱۴ ± ۶/۷	۱۷ ± ۶/۲
چربی غیراشباع (گرم)	۳۲/۹ ± ۷/۳	۱۷/۲ ± ۶/۳	۱۶ ± ۶/۵
کلسترول (گرم)	۲۱۵ ± ۱۷/۴	۲۱۶/۱ ± ۱۰۱/۵	۲۱۶/۵ ± ۱۱۲
فیبر (گرم)	۱۵ ± ۷/۱	۱۳ ± ۸/۶	۱۵ ± ۹/۲
کرومیوم (میکروگرم)	۳۶ ± ۳	۳۵ ± ۳	۳۵ ± ۳

که منجر به کاهش قند خون ناشتای آن‌ها شد (۲۰). در مطالعه Bahitiri (۲۰۰۰) نیز مکمل کرومیوم کلراید (۲۰۰ میکروگرم کرومیوم در روز) به مدت ۸ هفته منجر به کنترل قند خون بیماران دیابتیک گردید (۱۸، ۲۱).

در مورد چگونگی عملکرد کرومیوم در بهبود کنترل قند خون گفته می‌شود که کرومیوم موجب بهبود اتصال انسولین، افزایش تعداد گیرنده های انسولین، افزایش حساسیت سلول‌های بتا و افزایش آنزیم های گیرنده انسولین و در مجموع موجب افزایش حساسیت به انسولین می‌شود. Morris (۱۹۹۹) نشان داده است در بیماران دیابتیک، دفع کرومیوم از طریق ادرار افزایش می‌یابد و نتیجه آن بدتر شدن وضعیت کرومیوم بیماران دیابتیک است که موجب افزایش مقاومت به انسولین در این بیماران می‌شود (۲۲).

نتایج بعضی از مطالعات نشان می‌دهد که درمان با مکمل کرومیوم (مخمر آبجو) باعث کاهش غلظت انسولین سرم (انسولین مورد نیاز) (۱۹) و بهبود حساسیت به انسولین در این بیماران گشته است (۲۳). شاید یکی از علل عدم دریافت پاسخ مناسب در بعضی از مطالعات و در مطالعه حاضر، پس از ۴ هفته مصرف قرص مخمر، وضعیت ذخایر کرومیوم بدن بیماران و میزان ناکافی کرومیوم تجویز شده باشد؛ به طوری که Anderson (۱۹۹۸) پیشنهاد می‌کند که دوز کرومیوم مصرفی بستگی به شدت عدم تحمل و کمبود کرومیوم دارد (۱۱).

با مصرف قرص مخمر بعد از ۸ هفته در بیماران دیابتیک مورد مطالعه، میزان کلسترول تام خون کاهش یافت که این نتیجه با مطالعه Elwood (۱۹۸۲) که مخمر آبجو (حاوی ۴۸ میکروگرم کرومیوم) را روزانه به مدت ۸ هفته برای بیماران دیابتیک تجویز نمود و میزان کلسترول تام آن‌ها به طور معنی داری کاهش یافت (۲۴) و مطالعه Vinson و Bose (۱۹۸۴) که ۱۰۰ میلی گرم مخمر غنی از کرومیوم (حاوی ۲۱۸ میکروگرم کرومیوم) را به

۸ هفته تغییر معنی داری در وزن و BMI بیماران دیابتیک ایجاد نکرد. با توجه به جدول ۱ مصرف میزان انرژی دریافتی و سایر ماکرونوتریت ها نیز قبل و پس از مصرف ۸ و ۴ هفته قرص مخمر تغییر معنی داری نکرده است. که با یافته‌های مطالعه Bahijiri (۲۰۰۰) که مصرف روزانه قرص مخمر حاوی ۲۳/۳ میکروگرم کرومیوم به مدت ۸ هفته را در بیماران دیابتیک نوع دوم تجویز نموده است، مشابهت دارد (۱۸). بنابراین نتیجه فوق، این نظریه را که قرص مخمر حاوی ویتامین های گروه ب می‌باشد و ممکن است باعث افزایش اشتها و در نتیجه افزایش وزن بیماران گردد، رد می‌نماید و با توجه به مطالب فوق، تغییرات ایجاد شده در پارامترهای آزمایشگاهی در بیماران دیابتیک مورد مطالعه در طی ۸ هفته، در نتیجه کرومیوم موجود در قرص مخمر حاصل شده است.

مصرف قرص مخمر در بیماران دیابتیک به مدت ۴ هفته باعث کاهش معنی داری در میزان قند خون ناشتا ( $p=0/065$ ) نگردیده است. ولی پس از ۸ هفته مصرف قرص مخمر میزان قند خون ناشتا بیماران دیابتیک به طور معنی داری ( $p=0/04$ ) کاهش یافته است. این نتیجه با مطالعه ای که توسط Liu و همکاران (۱۹۷۷) انجام گرفت و تجویز ۴ میکروگرم کرومیوم موجود در قرص مخمر به مدت ۹۰ روز باعث کاهش معنی داری در قند خون بیماران دیابتی گردید، هم‌خوانی دارد (۱۹). Bose و Vinson (۱۹۸۴) نیز ۱۰۰ میلی گرم مخمر غنی از کرومیوم (حاوی ۲۱۸ میکروگرم کرومیوم) را به مدت ۶ ماه برای بیماران دیابتیک تجویز نمودند که منجر به کاهش قند خون آن‌ها گردید (۱۷). Anderson (۱۹۹۸) بر اساس تحقیقی در چین و آمریکا مصرف مکمل کرومیوم را عامل بهبود گلوکز خون بیان نمود (۱۱). Ravin (۱۹۹۹) در مطالعه ای مکمل کرومیوم (۶۰۰ میکروگرم در روز) برای بیماران دیابتیک تجویز نمود

بیماری‌های کرونر قلب، نسبت کلسترول تام به HDLc است که هر چقدر این نسبت کم‌تر باشد، خطر بیماری قلبی کم‌تر است.

نتایج حاصل از این مطالعه با سایر مطالعات که این نسبت را بررسی کرده اند، نشان دهنده توانایی کاهش این نسبت توسط مخمر می‌باشد؛ به عبارت دیگر این یافته‌ها نیز تأکیدی است بر توانایی کاهش عوامل خطر بیماری‌های قلبی - عروقی توسط مخمر (۲۳).

مصرف قرص مخمر باعث کاهش معنی داری در سطح قند خون ناشتا، تری گلیسرید خون، کلسترول LDLc و افزایش HDLc در بیماران دیابتیک گردید. در نتیجه می‌تواند کاهش احتمال خطر عوارض دیابت، بخصوص بیماری‌های قلبی - عروقی را در پی داشته باشد.

### سپاسگزاری

این طرح با شماره ۱۷۴۴ ثبت شده و هزینه آن از محل اعتبارات معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز پرداخت گردیده است. بدین وسیله از معاونت محترم پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی و کلیه همکاران شرکت کننده در این پژوهش سپاسگزاری می‌شود.

بیماران دیابتیک به مدت ۶ ماه تجویز نمودند و منجر به کاهش میزان کلسترول خون آن‌ها گردید، هم‌خوانی دارد (۱۶). در مطالعه Anderson (۱۹۹۸) در چین و آمریکا نیز مصرف مکمل کرومیوم باعث بهبود کلسترول خون بیماران دیابتیک گردید (۱۱). نتایج مطالعه حاضر نشان می‌دهد که مصرف قرص مخمر پس از ۴ و ۸ هفته باعث کاهش معنی داری در میزان LDLc و تری گلیسرید سرم ( $p < 0/001$ ) می‌گردد. میزان HDLc پس از ۴ و ۸ هفته مصرف قرص مخمر، افزایش یافته است ( $p < 0/001$ ).

نتایج مطالعه حاضر با مطالعه Elwood (۱۹۸۲)، Vinson Bahijivi (۲۰۰۰) و Bose (۱۹۸۴) مشابهت دارد (۲۴، ۲۰، ۱۸، ۱۶). از آنجایی که LDLc، در ابتلا به بیماری‌های قلبی و HDLc در محافظت در برابر بیماری‌های قلبی - عروقی نقش بسیار مهمی دارند، کاهش کلسترول LDLc و افزایش HDLc در مطالعه حاضر می‌تواند در پیشگیری از بیماری‌های قلبی - عروقی بسیار مفید واقع شود.

نسبت کلسترول تام به HDLc در بیماران مورد مطالعه پس از مصرف قرص مخمر به‌طور معنی داری پس از ۴ و ۸ هفته کاهش ( $p < 0/001$ ) یافته است که با مطالعه ELWOOD (۱۹۸۲) و Vinson و Bose (۱۹۸۴) مشابهت دارد (۱۶، ۲۴). یکی از عوامل خطر بسیار مهم در

### فهرست منابع

1. Braunwald E, Fauci AS. *Harrison's principles of internal medicine*. 15 th ed. New York: Mc Graw-Hill 2001. P: 2109-2137.
2. American diabetes association: economic consequences of diabetes mellitus in the U.S in 1997. *Diabetes care* 1997; 21: 296.
3. Public health service; healthy people 2000: national health promotion and disease prevention objectives. (1991) Washington. DC: U.S Department of health and human services. DHHS publication phs, 91-95.

4. Amini M. Prevalence and risk factor of diabetes mellitus in the Esfahan city population in 1993. *Diabetes research and clinic practice*. 1997; 38: 35-140.
5. Expert panel of detection, evaluation and treatment of high blood cholesterol in adult. Summary of second report of National Cholesterol Education Program (NCEP). *JAMA*. 1993; 269: 345-353.
6. American Diabetes Association: Detection and management of lipid disorders. *Diabetes Care* 1995; 18 (suppl 1): 86-92.
7. Trow LG, Levis J, Greenwood RH. Effect of dietary chromium supplementation on glucose tolerance, plasma insulin lipoprotein levels in patient with type 2 diabetes. *Int j Vitam Nutr Res* 2000; 70(1): 14-18.
8. Shils ME. *Modern nutrition in health and disease*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins. 1999 P: 1365-94. Anderson RA. Chromium glucose intolerance and diabetes. *J Am Coll Nutr* 1998; 17(6): 548-555.
9. Anderson RA. Chromium glucose intolerance and diabetes. *J Am Coll Nutr* 1998; 17(6): 548-555.
10. Shils ME. *Modern nutrition in health and disease*. 8<sup>th</sup> ed. Philadelphia, Lea & Febiger A, Waverly company, 1994; 264-268.
11. Anderson RA. Nutritional factors influencing the glucose/insulin system: chromium. *J Am Coll Nutr* 1997; 16(5): 404-410.
12. Castro VR. Chromium in a series of Portuguese plants used in the herbal treatment of diabetes. *Biol Trace Elem Res* 1998; 62(1-2): 101-106.
13. Underwood JE. *Trace elements in human and animal nutrition*. New York Academic press, 1997: 56-108.
14. Mertz W. Chromium occurrence and function in biological system. *Physiol Rev* 1969; 49: 163-239.
15. Tuman RW, Bilbo JT. Comparison and effects of natural and syntetic glucose tolerance factor in normal and genitically diabetic mice. *Diabetes* 1979; 27: 49-52.
16. Vinson JA, Bose P. The effect of high chromium yeast on the blood glucose control and blood lipids of normal and diabetic human subject. *Nutr Rep Inter* 1984; 30(4).
17. Expert committee on the diagnosis and classification of diabetes mellitus. Report of expert committee on diagnosis and classification of diabetes mellitus. *Diabetes Care* 2000; 23(suppl): 4s-19s.
18. Bahijiri SM. Effect of chromium supplementation on glucose tolerance and lipid profile. *Saudi Med J* 2000; 21(1): 45-50.
19. Liu VJK, Nordstrom J, Kohrs MB, Dowdy R. Effects of high chromium exeract supplementation on serum lipids, serum insulin and glucose tolerance in older women. *Fed Proc* 1977; 36: 450-459.

20. Ravin A, Slezak L, Mirsky N, et al. Reversal of corticosteroid induced diabetes mellitus with supplemental chromium. *Diabet Med* 1999; 16(2): 164-167.
21. Bahijiri SM, Mira SA, Mufti AM, Ajabnoor MA. The effect of inorganic chromium and brewer's yeast supplementation on glucose tolerance, serum lipids and drug dosage in individuals with type 2 diabetes. *Saudi Med j* 2000; 21(9): 831-837.
22. Morris BW, MacNeil S, Hardisty CA, Chromium homeostasis in patients with type 2 diabetes. *J Trace Elem Med Biol* 1999; 13(1-2): 57-61.
23. Offenbacher EG, Pi-Sunyer FX. Beneficial effect of chromium rich yeast on glucose tolerance and blood lipids in elderly subjects. *Diabetes* 1980; 29(11): 919-925.
24. Elwood JC, Nash DT, Streeten DH. Effects of high-chromium brewer's yeast on human serum lipids. *J Am Coll Nutr* 1982; 1(13): 263-274.