



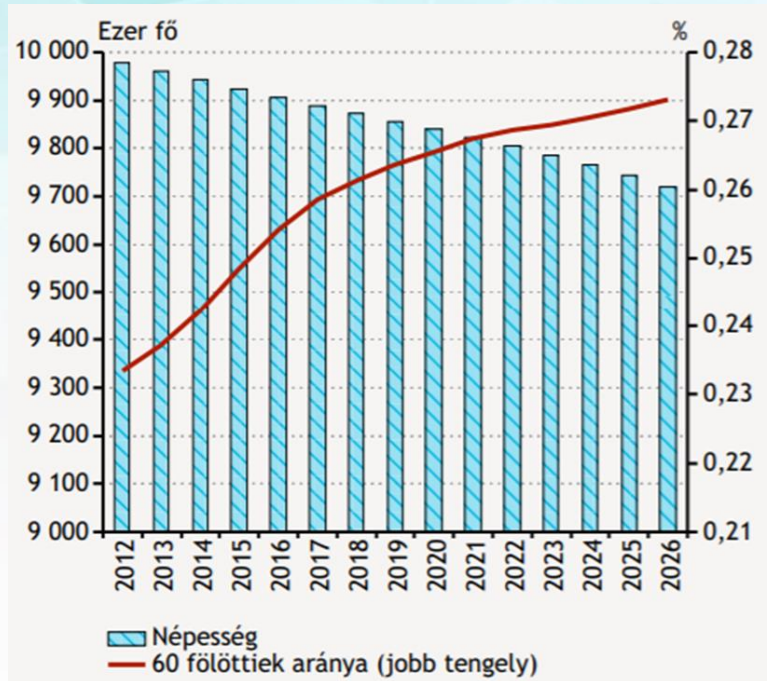
SÓ- ÉS KÁLIUMBEVITEL BECSLÉSE 60 ÉV FELETTIEKNÉL A BIOMARKER2019 VIZSGÁLAT EREDMÉNYEI ALAPJÁN

Sarkadi Nagy Eszter, Horváth Andrea, Varga Anita, Zámbó Leonóra, Török Andrea, Guba Georgina, Szilfai Nikolett, Sepler Zsuzsanna, Zentai Andrea, Bakacs Márta

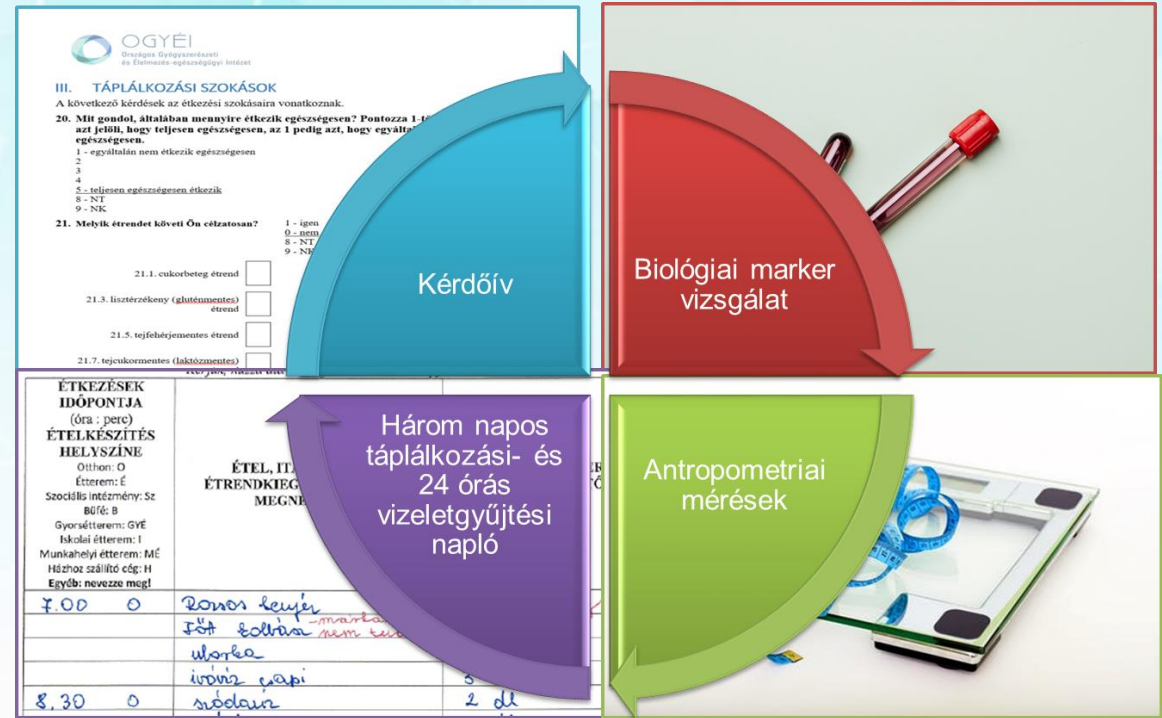
A vizsgálat célja

A Biomarker 2019 vizsgálat célja komplex módszerekkel információt gyűjteni a 60 év feletti korosztály tápláltsági állapotáról.

A népesség változása és a 60 év felettek aránya (2012-2026)



Forrás: KSH.



Minta kialakítás, toborzás, megvalósulás

- Keresztmetszeti vizsgálat, nyolc NY-M.o kutatóhely (háziiorvosi praxisok)
- Nem reprezentatív minta, kvótás mintakialakítás
- Megvalósulás: 202/200, 24-órás vizeletgyűjtés megvalósulás: 189/200
- n=99 férfi; n=90 nő, (átlagéletkor $67,1 \pm 5,4$ év)
- Kálium- és sóbevitel becslésére 24 órás vizeletgyűjtés (WHO protokoll*)
és 3 napos táplálkozási napló (NutriComp 5.0)

*World Health Organization (WHO). (2018). *How to obtain measures of population-level sodium intake in 24-hour urine samples*. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272555/EMROPub_2018_EN_17032.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Beválasztási és kizárási kritériumok

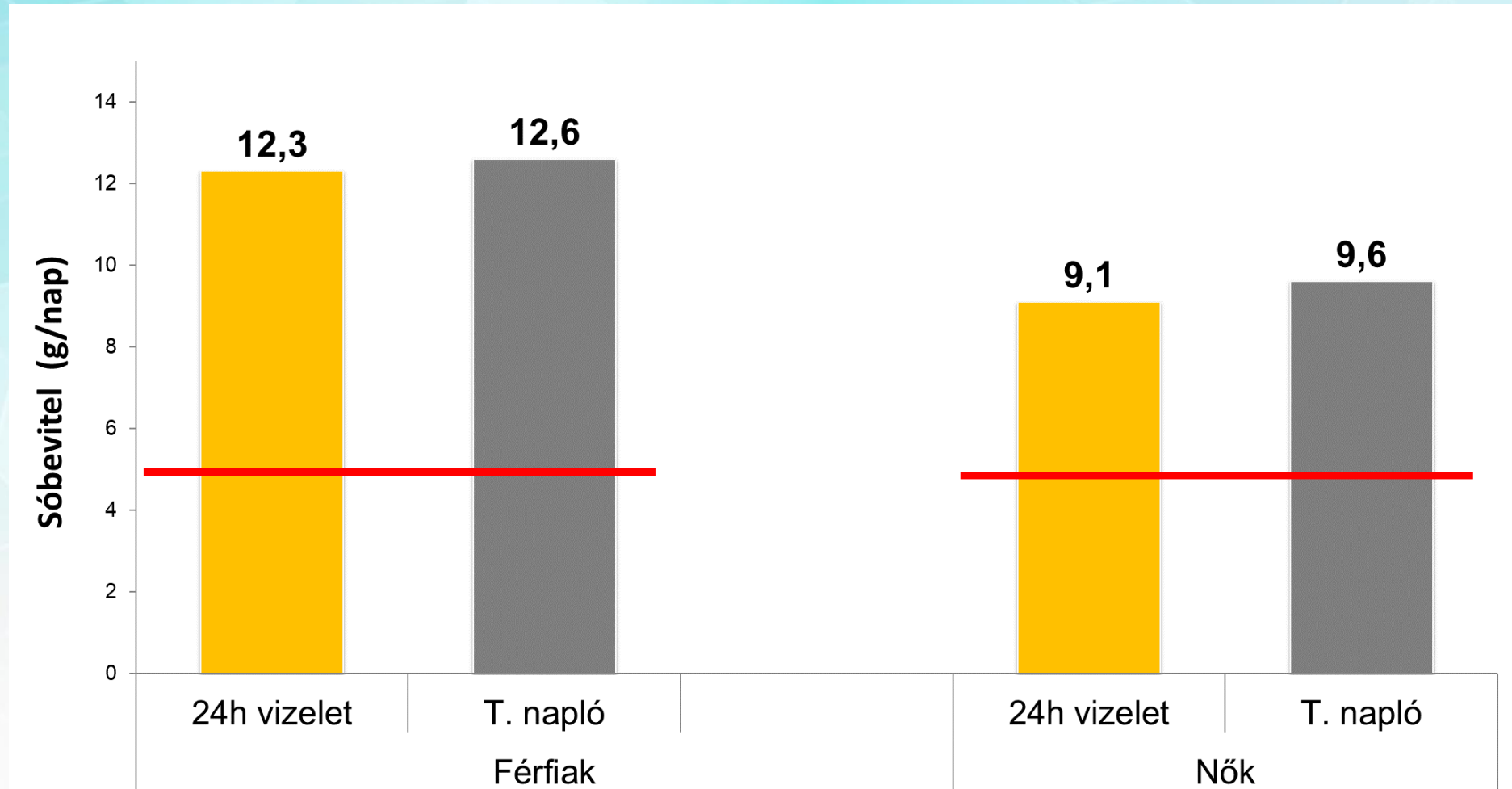
Beválasztási kritériumok:

- 60 éves vagy idősebb, magyarországi lakcímmel rendelkező, otthonában élő, tartós kórházi kezelésre nem szoruló személyek.
- Aláírt betegtájékoztató és beleegyező nyilatkozat.

Kizárási kritériumok:

- orvos által diagnosztizált súlyos, 4-es stádiumú veseelégtelenség,
- a vizsgálat kezdetétől számított két héten belül kezdett diuretikum szedés,
- akut lázas állapot,
- fertőzések megbetegedés,
- kezelés alatt álló daganatos megbetegedés,
- intézményi ellátásban részesülők (pl. idősek otthonában gondozottak, fekvőbeteg ellátó egészségügyi intézményben ápoltak, stb.) nem vehettek részt a vizsgálatban.

Férfiak és nők medián sóbevitele, Biomarker 2019



Ajánlásnak megfelel:
(<5 g só/nap)

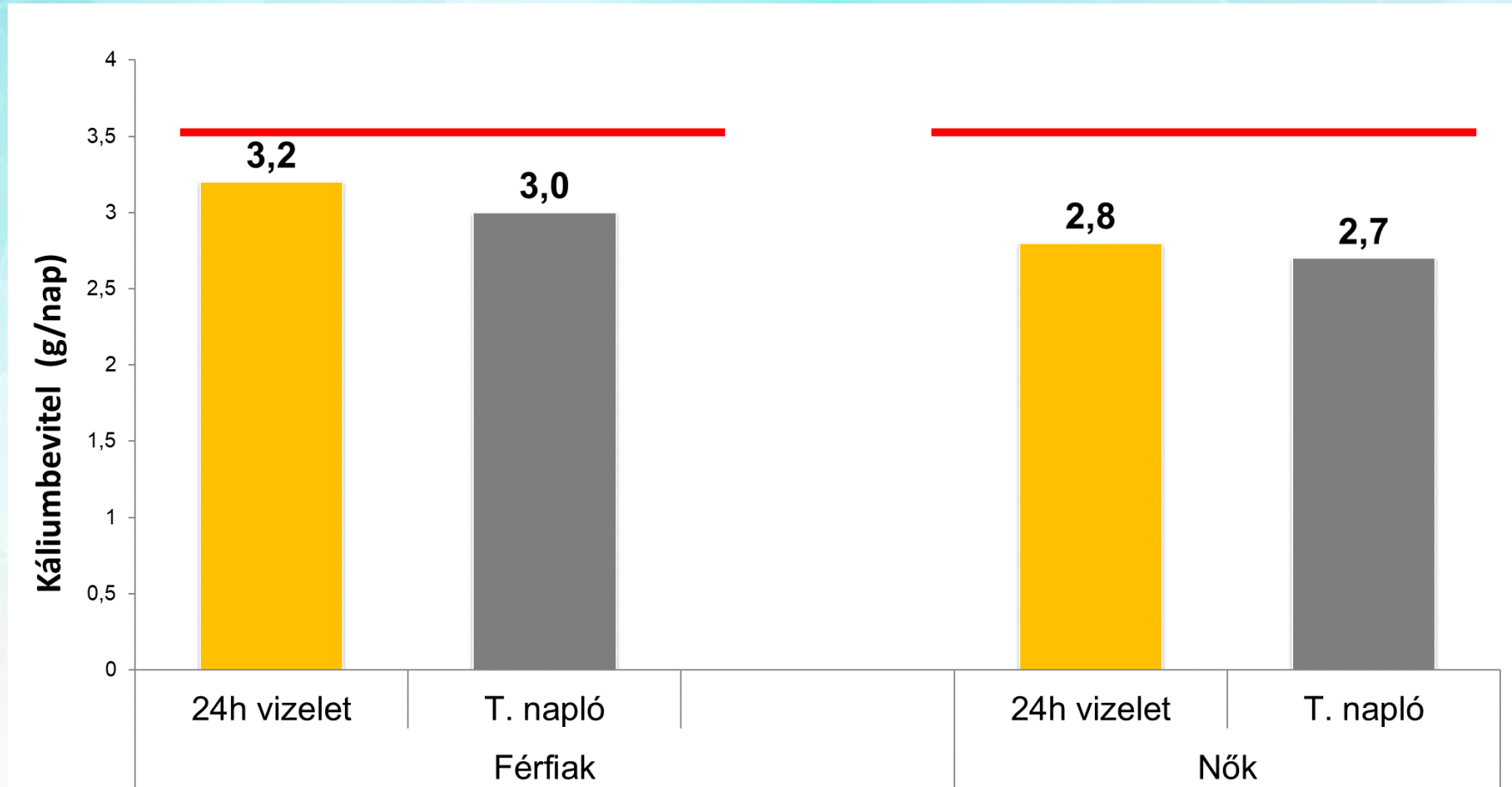
7%

0%

7%

1%

Férfiak és nők medián káliumbevitele, Biomarker 2019



Ajánlásnak megfelel:
(>3,5 g K/nap)

34%

22%

28%

16%

Következtetés

- A túlzott sófogyasztás és elégtelen káliumfogyasztás az idősek körében jelentős táplálkozási kockázati tényező
- Ezen vizsgálat eredményei alapján javasolható a célcsoportban célzott intervenció
- Nemzeti szinten átfogó sócsökkentő program kidolgozása és végrehajtása szükséges

Kitekintés



Best-ReMaP
Healthy Food for a Healthy Future



Köszönöm a figyelmet!