

PREDIMAR trial

Akdeniz Diyeti Paroksizmal AF'de Taşikardiyi Azaltıyor

Yeni bir araştırma, sızma zeytinyağı (SZY) içeren Akdeniz diyetinin, paroksizmal hastalığı olan hastalarda atriyal fibrilasyon (AF) ablasyonundan sonra taşikardi tekrarlama riskini önemli ölçüde azalttığını, ancak diyetin kalıcı AF'si olan hastalar üzerinde daha az etkiye sahip olduğunu gösterdi

SZY ile Akdeniz diyeti ile yapılan bir müdahale, atriyal fibrilasyon ablasyonu geçiren seçilmiş bir popülasyonda herhangi bir atriyal taşikardide anlamlı olmayan bir azalmaya neden oldu, ancak bu müdahale paroksizmal AF'li hastalarda herhangi bir atriyal taşikardide anlamlı bir azalmaya neden oldu.

PREDIMAR çalışmasının sonuçlarını Kalp Ritmi Derneği'nin (HRS) 2024 yıllık toplantısında sunuldu

- PREDIMAR çalışmasına, kayıt sırasında AF'si olmayan ve SZY ile zenginleştirilmiş Akdeniz diyeti uygulayan hastaların, kontrol bireyelerine göre %38 daha az rastlanan AF oranına sahip olduğu gösterilen daha büyük PREDIMED çalışmasından 720 hasta dahil edildi.
 - PREDIMAR, ablasyondan sonra hastalarda diyetin aritmi tekrarı üzerindeki etkisini değerlendirdi. Hastalar, diyet müdahalesi grubuna veya kontrol grubuna 1:1 oranında randomize edildi.

Sonuçlar

Ablasyondan sonraki **3-18 ay içinde AF tekrarlama oranlarındaki genel fark** diyet müdahalesi ve kontrol grupları arasında istatistiksel olarak anlamsızdı (%34,8'e karşı %37,5).

Ancak paroksizmal AF'li 431 hastadan diyet grubundakilerin %25,2'sinde, kontrol grubundakilerin ise %34,7'sinde taşikardi tekrarı görülmedi; bu da diyet grubunda riskin %31 daha düşük olduğu anlamına geliyor.

Hastalar ve Çalışma Protokolu

- Bu çalışmada diyet **balık, kuruyemiş, meyve ve sebzeler açısından zengindi ve SZY ile desteklendi. Katılımcılara ayrıca orta düzeyde şarap** tüketimine izin verildi.

Müdahalede, hastaları uzaktan takip eden ve diyete devam etmeleri için onları teşvik etmek amacıyla periyodik olarak telefon görüşmeleri yapan diyetisyenler yer aldı. Katılımcıların başlangıçta ve 3, 6, 12 ve 18. aylarda kilo ve vücut ölçümleri alındı ve 6, 12 ve 18. aylarda EKG çekildi. Laboratuvar sonuçları başlangıçta ve 12 ayda elde edildi. Katılımcılara müdahale boyunca eğitim materyalleri de verildi.

Şarap alımına ilişkin bir madde hariç, 0-13 arası bir skalaya göre hesaplanan ortalama puanlar diyet grubunda 7,8, kontrol grubunda ise 7,2 olarak bulundu.

- Günlük ortalama alkol alımı diyet grubunda kontrol grubuna göre daha yüksekti (9,8'e karşı 8,2 g), ancak çalışma sırasında hastanın vücut ağırlığı hiçbir grupta değişmedi.
- İki grupta da temel özellikler benzerdi. Yaklaşık %60'ı antiaritmik ilaçlar ve yaklaşık %84'ü antikoagülan alıyordu.

Akdeniz diyetinin AF'li bazı (obez) kişiler (kilo kaybı olmaması ve tekrarlayan AF etkisi ile) için potansiyel zorlukları

- Akdeniz diyeti insanlara şarap içmelerini öneriyor, ancak alkolden uzak durmanın aslında atriyal fibrilasyonun tekrarlamalarını azalttığına dair açık kanıtlar var, bu nedenle Akdeniz diyetinin atriyal fibrilasyon için muhtemelen sağlıklı ve iyi olan birçok yönü olmasına rağmen, bu yönü hastaya karşı çalışıyor olabilir.

Akdeniz diyeti grubundaki hastaların önemli bir kilo kaybı yaşamadığı bulgusu, AF'yi önleme söz konusu olduğunda sezgiye aykırı olabilir. Ancak hastanın diyeti AF'ye göre uyarlanabilir.

Hasta obez ise şarabı bırakıp kilo vermeye daha fazla odaklanılabilir çünkü bunlar aynı zamanda atriyal fibrilasyonlu hastalar için öğrenilen şeylerin temelleridir

Kilo kaybını çalışmanın temel bir bileşeni haline getirmenin gelişmiş batı toplumları ve Amerikan nüfusu için etkili olabilir. Obezite en azından , bu ablasyondan sonra atriyal fibrilasyon için risk faktörlerinin büyük bir kısmını oluşturuyor.

Extravirgin Olive Oil Consumption Reduces Risk of Atrial Fibrillation: The PREDIMED (Prevención con Dieta Mediterránea) Trial

mamartinez@unav.es, Fernando Arós, Miquel Fiol, Dolores Corella, , Jordi Salas-Salvadó, Emilio Ros, ... for the PREDIMED Investigators

Circulation Volume 130, Number 1

<https://doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.113.0069>

Sızma Zeytinyağı Tüketimi Atriyal Fibrilasyon Riskini Azaltır: PREDIMED (Prevención con Dieta Mediterránea) Çalışması

Özet

Arka plan- PREDIMED (Prevención con Dieta Mediterránea) primer korunma çalışması, *sızma zeytinyağı veya karışık kuruyemişlerle zenginleştirilmiş Akdeniz diyetinin inme, miyokard enfarktüsü ve kardiyovasküler mortalite sıklığını azalttığını* göstermiştir. PREDIMED çalışmasında bu diyetlerin atriyal fibrilasyon insidansı üzerindeki etkisini değerlendirildi.

Metodlar ve Bulgular-Katılımcılar 3 diyetten birine rastgele atandı: Sızma zeytinyağı ile desteklenen Akdeniz diyeti, karışık kuruyemişlerle desteklenen Akdeniz diyeti veya düşük yağlı bir diyeti takip etme tavsiyesi (kontrol grubu).

Çalışmanın bir alt kümesinde bireysel rastgelelikten bazı sapmalar meydana geldi çünkü aynı hane halkı üyeleri ve 11 katılımcı merkezinden birindeki küçük klinikler tek tek değil kümeler halinde atandı. Atriyal fibrilasyon olayı, diyet grubu tahsisine kör bir olay komitesi tarafından takip sırasında kararağlandı.

- Rastgele atamada yaygın atriyal fibrilasyonu olmayan 6705 katılımcı arasında, sızma(ekstravirgin) zeytinyağı içeren Akdeniz diyeti grubunda 72 yeni atriyal fibrilasyon vakası, karışık kuruyemiş içeren Akdeniz diyeti grubunda 92 yeni atriyal fibrilasyon vakası ve 4,7 yıllık medyan takipten sonra kontrol grubunda 89 yeni vaka gözlemlendi.
- Süzme zeytinyağı içeren Akdeniz diyeti, eğilim puanları ayarlandıktan ve küme içi korelasyonları hesaba katmak için sağlam varyans tahminicileri kullanıldıktan (*adjusting for propensity scores and using robust variance estimators to account for the intra-cluster correlations*) sonra süzme zeytin yağı akdeniz diyeti **atriyal fibrilasyon riskini anlamlı ölçüde azalttı** (hazard ratio= 0,62; %95 güven aralığı, kontrol grubuyla karşılaştırıldığında 0,45-0,86). **Fındık içeren Akdeniz diyetinin herhangi bir etkisi bulunmamıştır** (hazard ratio= 0,86; %95 güven aralığı 0,63-1,16). Kümelere randomize edilen tüm katılımcılar hariç tutularak yapılan ikincil analizlerde sonuçlar önemli ölçüde değişmedi.

Sonuçlar- Atriyal fibrilasyonun birincil önlenmesi için kanıtlanmış müdahalelerin bulunmaması nedeniyle, PREDIMED çalışmasının bu post-hoc analizi, Akdeniz diyet düzeninde sızma zeytinyağı ile yapılan bir müdahaleden sonra daha düşük bir atriyal fibrilasyon insidansı bulunduğunu ileri sürmektedir.