

## **Ocena i wpływ sposobu żywienia na stan zdrowia pacjentów z chorobą afektywną dwubiegunową**

*Katarzyna Nowak\*<sup>1</sup>, Joanna Rog<sup>2</sup>, Łukasz Łobejko<sup>3</sup>, Hanna Karakuła-Juchnowicz<sup>4</sup>*

- 1. Studenckie Koło Naukowe przy I Klinice Psychiatrii, Psychoterapii i Wczesnej Interwencji, Uniwersytet Medyczny w Lublinie, Lublin*
- 2. Pracownia Badania Metabolizmu Człowieka, Katedra Dietetyki, Instytut Nauk o Żywieniu Człowieka, Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie, Warszawa*
- 3. Centrum Zdrowia Psychicznego, Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej w Leżajsku, Leżajsk*
- 4. I Klinika Psychiatrii, Psychoterapii i Wczesnej Interwencji, Uniwersytet Medyczny w Lublinie, Lublin*

**Wstęp:** Choroba afektywna dwubiegunowa (ChAD) wiąże się z wysokim ryzykiem chorób współistniejących oraz przedwczesnej śmierci. Celem badania było określenie jakości diety pacjentów z ChAD oraz ocena wpływu sposobu żywienia na ich stan zdrowia.

**Metody:** Na podstawie danych z Kwestionariusza Częstotliwości Żywności (FFQ-6) uzyskano ocenę jakości diety oraz zidentyfikowano nawykowe wzorce żywieniowe. W badaniu wzięło udział 62 pacjentów z ChAD i 40 osób zdrowych.

**Wyniki:** Osoby z grupy ChAD częściej spożywały słodczyce i przekąski w porównaniu do osób zdrowych ( $p < 0.001$ ). Wykazano także odwrotną zależność między spożyciem owoców, a liczbą wypalanych papierosów ( $p < 0.05$ ). 39% badanych z grupy ChAD spożywało nasiona roślin strączkowych raz w miesiącu lub rzadziej, a 22.5% z nich produkty mleczne wyłącznie kilka razy w miesiącu. Większość badanych z tej grupy jadła jasne pieczywo, aż 38% osób codziennie. Codziennie owoce spożywało wyłącznie 21% pacjentów, warzywa - 27%.

**Wnioski:** Mimo, że nie wykazano znacznych różnic między żywieniem osób zdrowych i osób z ChAD, częstotliwość spożycia większości produktów przez pacjentów odbiegała od rekomendowanej. Biorąc pod uwagę wpływ diety na stan zdrowia, nastrój, a także profilaktykę chorób, na które częściej zapadają osoby z ChAD, konieczna wydaje się być edukacja żywieniowa. Im wcześniej wdrożona, tym większe prawdopodobieństwo jej efektywności.

**Słowa klucze:** *choroba afektywna dwubiegunowa, dieta, nutropsychiatria, sposób żywienia*