

تلازم بين المشروبات المحلاة بمحليات صناعية والمحلاة بالسكر وبين خطر الإصابة بمرض الكلى المزمن



مقدمة (1)

الآثار الضارة للسكريات المضافة في الأطعمة والمشروبات على أمراض متعددة باتت معروفة، وأُقرت كعوامل احتمال رئيسة للإصابة بهذه الأمراض من قبل الكثير من السلطات الصحية، مثل منظمة الصحة العالمية (WHO) (2)، باعتبارها المصدر الرئيس للسكريات المضافة في الأطعمة والمشروبات، قرنت المشروبات المحلاة بالسكر بالعديد من الأمراض المزمنة، مثل السمنة والسكري من النوع 2 وبعض أنواع

السرطانات وأمراض القلب والأوعية الدموية والوفيات (3) . أثبتت دراسة حديثة اعتمدت العبيء العالمي للأمراض [وهو تقييم شامل على المستويين المحلي والعالمي لحالات الوفاة والإعاقات الناجمة عن الإصابة ب 107 مرض وإصابة وعشر عوامل خطيرة (4)] لعام 2019 أن عدد الوفيات الناجمة عن الأمراض المزمنة غير المعدية التي تعزى إلى ارتفاع مستويات استهلاك المشروبات المحلاة بالسكر ارتفعت من 149,988 وفاة في عام 1990 إلى 242,218 في عام 2019، وهو ما يمثل زيادة بنسبة 61% (5). تعتبر المشروبات المحلاة بمحليات صناعية (6) والعصائر الطبيعية (عصائر الفاكهة أو الخضار الطبيعية بنسبة 100%) بدائل للمشروبات المحلاة بالسكر، لكن تبعاتها طويلة الأمد على صحة الإنسان لا تزال محل إثارة للنقاش (7) . تشير الدلائل المستمدة من المراجعات المنهجية والتحليلات التلوية إلى أن ارتفاع استهلاك المشروبات المحلاة بالمحليات الصناعية له علاقة باحتمال الإصابة بالسمنة وارتفاع ضغط الدم والسكري من النوع 2 والوفيات الناجمة عن أي من الأسباب (8) .

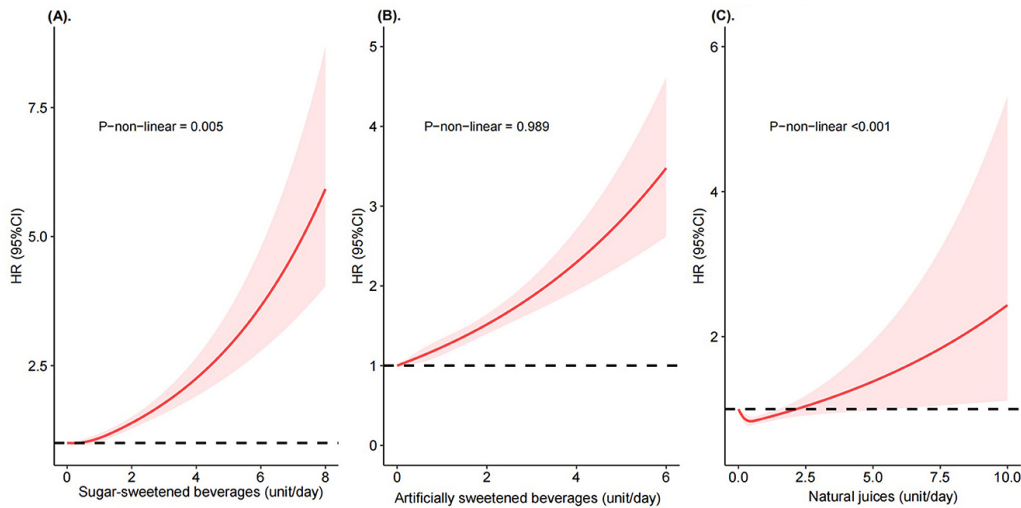
يعد مرض الكلى المزمن (9) أحد الأمراض الرئيسية المقلقة للصحة العامة على المستوى العالمي مع تزايد انتشاره وتأثيره الاجتماعي والاقتصادي الهائل. وأظهرت الدراسة المستندة إلى بيانات العبيء العالمي للأمراض أن معدل الانتشار العالمي لمرض الكلى المزمن بلغ 9.1% في عام 2017، مما تسبب في 35.8 مليون سنة حياة معدلة حسب الإعاقة و1.2 مليون حالة وفاة [الحياة المعدلة حسب الإعاقة الحياة المعدلة حسب الإعاقة هي سنوات الحياة الممكنة التي فقدها شخص بسبب وفاته قبل الأوان] (10). مرض الكلى المزمن هو حالة مرضية معقدة ناجمة عن عوامل وراثية وبيئية وسلوكية مختلفة، مثل أساليب الحياة غير الصحية وارتفاع ضغط الدم والسمنة ومرض السكري (11). بالرغم من أن ارتفاع استهلاك المشروبات المحلاة بالسكر وتلك المحلاة بالمحليات الصناعية قد قُرنتا بعوامل خطر الإصابة بمرض الكلى المزمن (أي عوامل السمنة وارتفاع ضغط الدم والسكري)، فإن تلازمها الممكن مع مرض الكلى المزمن لم تُعتمد بعد بسبب نتائج الدراسات السابقة غير المتسقة (12).

الدراسة

تناول كميات كبيرة من المشروبات المحلاة بمحليات صناعية (6) والمشروبات المحلاة بالسكر وكذلك العصائر الطبيعية (التي لم يصف إليها لا المحليات الصناعية ولا السكر) مقترن اقتراناً طردياً بالإصابة بمرض الكلى المزمن وفقاً لدراسة (1) نُشرت في مجلة Nutrition in Frontiers في 25 نوفمبر 2024. أجرى شياو يو داي، Dai Yu-Xiao من جامعة العلوم والتكنولوجيا الإلكترونية في ميانغ (بدائل) صناعية بمحليات المحلاة المشروبات بين العلاقة طبيعة لتحديد تجربة وزملاؤه، Mianyang، السكر (6)) والمشروبات المحلاة بالسكر بخطر الإصابة بمرض الكلى المزمن (9). شمل التحليل حوالي 192

ألف مشارك من البنك الحيوي في المملكة المتحدة Biobank UK تم متابعتهم لمدة تزيد قليلاً عن عشر سنوات ونصف السنة في المتوسط.

وجد الباحثون أن ارتفاع الكميات المتناولة من المشروبات المحلاة بالمحليات الصناعية والمشروبات المحلاة بالسكر (أكثر من وحدة واحدة في اليوم مقابل صفر وحدة في اليوم) كان متلازماً بارتفاع نسبة خطر الإصابة بمرض الكلى المزمن بلغت 1.45 للمشروبات المحلاة بالمحليات الصناعية، وأما بالنسبة للمشروبات المحلاة بالسكر فقد بلغت النسبة 1.52. [خطر الإصابة هي نسبة من يتناول المشروبات مقابل من لم يتناول هذه المشروبات (13)] هناك تلازم يأخذ شكل حرف J (الإنجليزي) بين العصائر الطبيعية (غير المحلاة بأي من نوعي السكر) والإصابة بمرض الكلى المزمن، بحيث وصل إلى نسبة الخطر الدنيا في حال تناول المستهلك 0 وحدة إلى وحدة واحدة (قيست الوحدة بمقياس عدد مرات شرب هذه المشروبات في اليوم، لا الحجم (14)) في اليوم (0 وحدة إلى وحدة واحدة في اليوم مقابل صفر وحدة): وبلغ معدل خطر الإصابة لهؤلاء (0.86). أما بالنسبة إلى الاستهلاك الأعلى من المشروبات المحلاة بالسكر والمحليات الصناعية ونسبة خطر الإصابة بمرض الكلى المزمن، فقد كان التلازم بتواسط متلازمة الأيض (15)، وبلغت نسبة الخطر 12.5 و18.0 في المائة، على التوالي.



الشكل: نسبة الخطورة بالإصابة بمرض الكلى المزمن مقابل عدد الوحدات المضروبة

"بالرغم من أنه لا يمكن إثبات كون هذه العلاقة سببية بين تناول المشروبات والإصابة بمرض الكلى المزمن، فإن نتائجنا تؤكد على الأهمية البالغة للحد من استهلاك المشروبات المحلاة بالسكر زو

بالمحليات الصناعية ، وذلك للوقاية من مرض الكلى المزمن، " بحسب الباحثين. "هناك حاجة إلى مزيد من الدراسات لتأكيد النتائج التي توصلنا إليها واستكشاف مستوى الاستهلاك الأمثل للعصائر الطبيعية."