

1 糖尿病患者對於食物環境變遷，以及攝取乳製品、機能性食品的

2 相關研究

3 食安碩專一 4114X006 李尉禎

4 2023/3/11

5 大綱

6 一、 前言

7 二、 不停變化的食物環境與第二型糖尿病的社區盛行率

8 三、 乳製品攝取量與糖尿病風險之關聯：中國健康與營養調查的前瞻性研究

9 四、 第二型糖尿病患者對於機能性食品的知識與使用及其相關因素

10 五、 結論

11
12 摘要

13 糖尿病 Diabetes Mellitus (DM) 於全世界越來越盛行，已被 World Health
14 Organization (WHO) 認定為與慢性病相關的最重要健康問題；可能會導致急性
15 及慢性的併發症，於 2021 年為台灣十大死因第五位。第一篇文獻使用縱向研究
16 來評估美國猶他州 Wasatch Front region 食物環境的變化是否與第二型糖尿病
17 (Type 2 Diabetes Mellitus, T2DM) 盛行率相關，並控制了大部分的鄰里特徵及
18 空間相關誤差。發現自 1990 到 2010 年之間流行的速食店、披薩餐廳、雜貨店
19 以及餐桌服務式餐廳的數量，與 2015 年 T2DM 的盛行有關。結果建議應以速食
20 店增加及餐桌服務式餐廳減少的鄰里為重要目標，提供教育活動介入 T2DM 以
21 提升大眾健康。然而飲食與糖尿病風險實為密不可分，第二篇文獻使用縱向研
22 究以探討乳製品攝取量和糖尿病風險之關聯性。總共篩選出 15,512 名參與者，
23 並使用三天 24 小時飲食回憶法確認飲食內容，包含乳製品的攝取量。進一步根

24 據各參與者的身體質量指數 (Body Mass Index, BMI) 和熱量攝取量進行分層。
25 結果發現，總參與者中的乳製品攝取量為 25 至 65 克/天，能降低中國糖尿病風
26 險；若考慮熱量因素，每天攝取熱量小於 2000 大卡，以及飲食中含 30-80 克乳
27 製品，則與降低糖尿病風險為相關，能減少中國糖尿病風險。第三篇文獻則使
28 用橫斷研究，旨在了解 T2DM 病人對於機能性食品的認知及利用。受試者為土
29 耳其 2016 年 5-7 月曾到訪 Dokuz Eylul University Hospital 內分泌科之 18 歲以上
30 之新患者，診斷出 T2DM 尚不到 6 個月，計有 196 位。結論指出糖尿病人應被
31 支持瞭解日漸增多的機能性食品，但也需被教導應先諮詢醫師或營養師後才使
32 用機能性食品。雖然糖尿病為不可逆疾病，但只要配合療程、維持規律的生活
33 型態、正確的飲食態度，仍能享受良好品質的健康生活。

34

35

參考文獻

36

1. Zick, C. D., Curtis, D. S., Meeks, H., Smith, K. R., Brown, B. B., Kole, K. &
37 Kowaleski-Jones L. (2023). The changing food environment and neighborhood
38 prevalence of type 2 diabetes. *SSM Popul. Health*, 21:101338.

39

40

2. Yang, Y., Na, X., Xi, Y., Xi, M., Yang, H., Li, Z. & Zhao, A. (2022). Association
41 between dairy consumption and the risk of diabetes: A prospective cohort study from
42 the China Health and Nutrition Survey. *Front Nutr.*, 9:997636.

43

44

3. Otay Lule, N., Simsek, H., Ylmaz, S. & Cavdar, U. (2019). Functional food
45 knowledge and use in individuals with type 2 diabetes and the relevant factors. *Progr*
46 *Nutr.*, 21(4):858-67.