

A.5

BMJ. 1996 Apr 13;312(7036):931-4.

**Düşük oranda yağ içeren bir diyetle tereyağ yerine margarin kullanımının lipoprotein profiline etkisi: hiperkolesterolemik bireylerde randomize, çapraz tasarımlı çalışma.**

**Chisholm A, Mann J, Sutherland W, Duncan A, Skeaff M, Frampton C.**

İnsan Beslenmesi Departmanı, Otago Üniversitesi, Dunedin, Yeni Zelanda.

**AMAÇ:** Yağı azaltılmış diyetle yemek pişirmek veya ekmek üzerine sürmek için tereyağ veya doymamış margarin kullanıldığında lipid ve lipoprotein konsantrasyonları üzerindeki etkiyi incelemek.

**TASARIM:** Aralarında beş haftalık arınma dönemi olan altı haftalık iki tedavi dönemi içeren randomize, çapraz tasarımlı çalışma.

**ÇALIŞMA YERİ:** Yeni Zelanda'da topluma dayalı çalışma.

**KATILIMCILAR:** Başlangıçtaki total kolesterol konsantrasyonu 5.5-7.9 mmol/l aralığında olan polijenik hiperkolesterolemili 49 gönüllü.

**ANA SONUÇ ÖLÇÜTLERİ:** Total ve düşük dansiteli lipoprotein, Lp(a) lipoprotein, yüksek dansiteli lipoprotein, apolipoprotein B 100 ve apolipoprotein A I konsantrasyonları.

**BULGULAR:** Margarin kullanıldığında düşük dansiteli lipoprotein kolesterol ve apolipoprotein B konsantrasyonları tereyağına göre yaklaşık %10 daha düşüktü. İki diyetle Lp(a) lipoprotein ve yüksek dansiteli lipoprotein kolesterol konsantrasyonları benzerdi.

**SONUÇ:** Margarinlerde bulunan trans yağ asitlerinin lipoproteinler üzerindeki olumsuz etkilerine ilişkin kaygılara karşın, hiperkolesterolemik kişilerde tereyağ yerine doymamış margarin kullanımı kardiyovasküler riski azaltması beklenen bir lipoprotein profiliyle ilişkilidir.