



# Fæðuval á meðgöngu, sykurþol og meðgöngusyksýki.

Ellen Alma Tryggvadóttir  
MSc. nemi (eat2@hi.is),  
Bryndís Eva Birgisdóttir dósent,  
Ingibjörg Gunnarsdóttir prófessor.

Rannsóknastofa í næringarfræði,  
Matvæla- og næringarfræðideild,  
Heilbrigðisvísindasvið,  
Háskóli Íslands  
& Landspítali Háskólasjúkrahús.

**Aðferðir:** Verkefnið er hluti af stærri rannsókn á kvennadeild Landspítalans sem kallast Göngum Dálítið Meira (GDM) - rannsóknin. Konum var boðin þátttaka við 20 vikna ómskoðun. Flijótlega í kjölfar þátttöku héldu konurnar vigtaða skráningu á öllum mat og drykk í fjóra daga. Þar af voru tveir virkir dagar og tveir helgardagar. Niðurstöður matardagbóka voru skráðar í ICEFOOD sem byggir á kóðum úr gagnagrunni ÍSGEM. Konurnar fóru allar í sykurþolspróf við 24.-26. viku meðgöngu. Til þátttöku fengust 98 konur í kjörþyngd og 85 konur sem voru yfir kjörþyngd.

**Inngangur:** Góð næring á meðgöngu er afar mikilvæg fyrir heilbrigði bæði móður og barns. Fæðuval þungaðra kvenna á Íslandi hefur ekki verið mikið rannsakað síðustu ár en tíðni offitu meðal ungra kvenna hefur aukist. Á sama tíma hefur tíðni meðgöngusyksýki aukist á heimsvísu, en offita er einn af áhættuþáttum hennar. Tengsl mataræðis á meðgöngu við niðurstöður sykurþolsprófa hafa ekki verið rannsökuð á Íslandi áður.

**Markmið:** 1) Að bera saman fæðuval þungaðra kvenna (við 20 vikur) sem voru í kjörþyngd (Líkamsþyngdarstuðull 19-24,9 kg/m<sup>2</sup>) fyrir þungun og þeirra sem voru yfir kjörþyngd (LPS ≥25,0- 40 kg/m<sup>2</sup>) fyrir þungun. 2) Kanna hvort tengsl séu á milli fæðuvals um 20.viku meðgöngu og skerts sykurþols eða hættu á meðgöngusyksýki við 24.-26.viku meðgöngu.

**Niðurstöður og ályktanir:** Verkefni er í vinnslu og niðurstöður eru væntanlegar í lok maí 2014. Hér má þó sjá fyrstu niðurstöður sem er samanburður á neyslu nokkurra fæðuflokka í hópunum tveimur.

	Kjörþyngd (n=98)		Yfir kjörþyngd (n=85)		p
	Meðaltal	Staðal frávik	Meðaltal	Staðal frávik	
Kcal	2157	(405)	2140	(496)	0,53
Mjólak, mjólkurvörur (g)	291	(196)	336	(170)	<b>0,02</b>
Ávextir, ber, hnetur og fræ (g)	179	(120)	151	(110)	0,08
Hreinir safar, ávaxt (g)	144	(147)	109	(131)	0,07
Kjöt og kjötvörur. (g)	53	(35)	56	(36)	0,73
Fiskur, fiskafurðir og skeldýr (g)	26	(26)	26	(30)	0,76
Fuglakjöt (g)	28	(27)	38	(36)	<b>0,04</b>
Snakk: poppkorn, flögur o.fl. (g)	6	(10)	14	(20)	<b>0,01</b>
Ómalað og heilmalað korn. Hrisgrjón, mais og haframjöl (g)	24	(29)	19	(24)	0,29
Morgunverðarkorn, mj (g)	47	(53)	52	(51)	0,37
Nýtt, fryst grænmeti (g)	59	(44)	77	(62)	0,07
Gosdrykkir, svaladry (g)	181	(194)	244	(251)	0,09
Sælgæti (g)	38	(33)	31	(28)	0,16

p<0.05 p<0.1

