Bildiri No: **SB-007** **Doi:** 10.5606/phhb.dergisi.suppl2026.007

Parkinson Hastalarında MIND Diyet Uyumunun Algılanan Stres Düzeyine Etkisi

Deran Dalbudak[1], Esma Kobak Tur[2]

[1]*Fatih Sultan Mehmet Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, İstanbul, Türkiye*
[2]*Acıbadem Kartal Hastanesi Nöroloji Kliniği, İstanbul, Türkiye*

Giriş: Nörodejeneratif gecikme müdahalesi diyeti (MIND Diyeti), Akdeniz Diyeti ve hipertansiyonu durdurma amaçlı beslenme yaklaşımları (DASH) diyeti birleşiminden oluşmaktadır. Son dönemde MIND diyetine yüksek uyumun bilişsel yavaşlamayı ve Alzheimer riskini belirgin azalttığı gösterilmiştir. MIND diyeti ile Parkinson hastalarında yapılmış çalışma sayısı sınırlı olup, amacımız MIND diyet uyumunun bu hasta grubunda algılanan stres düzeyine etkisini incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya 50 Parkinson hastası ve 53 sağlıklı kontrol dahil edilmiştir. MIND diyet uyumları MIND diyet ölçeği ile, stres düzeyleri Algılanan Stres Ölçeği(ASÖ) ile değerlendirilmiştir. MIND diyet uyumlarına göre hafif, orta ve yüksek uyum grupları hesaplanmış ve demografik verilerine göre kıyaslanmıştır.

Bulgular: Hasta grubunda MIND toplam puanı sağlıklı gruptan anlamlı düzeyde düşük bulundu ($p < 0,001$). Hasta grubunda AÖS toplam puanı sağlıklı gruptan anlamlı düzeyde yüksek bulundu ($p = 0,021$). Sağlıklı grupta tüketilen yeşil yapraklı sebzeler, üzümsü meyveler, sert kabuklu yemişler, zeytinyağlı, terayağı/margarin, balık ve şarap miktarları hasta grubundan anlamlı düzeyde yüksek bulundu ($p < 0,05$). Hasta grubunda tüketilen kırmızı et ve ürünleri miktarı sağlıklı gruptan yüksek bulundu ($p < 0,001$). Hasta grubunda erkeklerin MIND ve ASÖ toplam puan ortalamaları kadınlardan yüksek bulundu ($p = 0,005$, $p = 0,003$). Hasta grubunda MIND_Toplam ile ASÖ_Toplam arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif korelasyon ($r = 0.43$, $p < 0.01$) bulundu.

Sonuç: Çalışmamız, Parkinson hastalarının MIND diyetine daha az uyum gösterdiğini ve stres düzeylerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. MIND diyet puanı ile algılanan stres arasındaki pozitif korelasyon, bu hastalarda stres yönetimi stratejilerinin diyet uyumunu etkileyebileceğini düşündürmektedir. Bu nedenle Parkinson hastalarında beslenme düzenlemeleri yapılırken, psikolojik durumun da değerlendirilmesi ve bütüncül bir tedavi yaklaşımı benimsenmesi önem taşımaktadır.