

4.12 Evidensprofil Kosthold og kostsammensetning ved alle former for diabetes

Levevaner ved diabetes og behandling av overvekt og fedme

Lav GI kost med mye belgfrukter vs lav-GI kost med lite belgfrukter på metabolsk kontroll hos personer med diabetes
 Belgfrukter alene eller del av lav-GI eller høyfiber som intervensjon vs lite /ingen belgfrukter og vanlig kosthold

Utfall	Relativ effekt (KI) (deltakere, studier, oppfølging)	Absolutt forskjell med		Tiltro til estimatene
		Lav-GI kost med LITE belgfrukter	Lav-GI kost med MYE belgfrukter	
Glykosylert blod protein (målt ved HbA1c eller fruktosamin)	Basert på data fra 522 deltakere i 15 RCT-studier over 2 uker – 1 år	Forskjell	SMD 0.28 lavere (KI 0.42 lavere til 0.14 lavere)	Lav Risiko for systematiske feil og uforklarlig heterogenitet mellom studier
Fastende blod glukose	Basert på data fra 648 deltakere i 17 RCT-studier over 2 uker – 1 år	Forskjell	SMD 0.06 lavere (KI 0.25 lavere til 0.14 høyere)	Veldig lav Uforklarlig heterogenitet mellom studier, usikkert effektestimert og risiko for publiseringsskjevhet