

4.5 Evidensprofil Kosthold og kostsammensetning ved alle former for diabetes

Levevaner ved diabetes og behandling av overvekt og fedme

Middelhavskosthold vs annen kostintervensjon for pasienter med diabetes type 2

Utfall	Relativ effekt (KI) (deltakere, studier, oppfølging)	Absolutt forskjell med		Tiltro til estimatene
		Annen kostintervensjon	Middelhavskosthold	
HbA1c (%)	Basert på data fra 1 178 deltakere i 9 RCT-studier over 4 uker - 4 år	Forskjell	MD 0.30 lavere (KI 0.46 lavere til 0.14 lavere)	Lav Uforklarlig heterogenitet og risiko for publiseringskjevhet
Fastende insulin (µU/ml)	Basert på data fra 531 deltakere i 5 RCT-studier over 6 uker - 4 år	Forskjell	MD 0.55 lavere (KI 0.81 lavere til 0.29 lavere)	Høy
Livvidde (cm)	Basert på data fra 416 deltakere i 3 RCT-studier over 6 uker - 4 år	Forskjell	MD 0.41 lavere (KI 0.89 lavere til 0.08 høyere)	Moderat Usikkert effektestimert
KMI (kg/m ²)	Basert på data fra 1 029 deltakere i 6 RCT-studier over 4 uker - 4 år	Forskjell	MD 0.29 lavere per 1000 (KI 0.46 lavere til 0.12 lavere)	Høy
LDL-kolesterol (mmol/l)	Basert på data fra 586 deltakere i 5 RCT-studier over 4 uker - 2 år	Forskjell	MD 0.11 lavere (KI 0.24 lavere til 0.01 høyere)	Moderat Usikkert effektestimert

HDL-kolesterol (mmol/l)	Basert på data fra 801 deltakere i 6 RCT-studier over 4 uker – 2 år	Forskjell	MD 0.06 høyere (KI 0.02 høyere til 0.10 høyere)	Moderat Uforklarlig heterogenitet mellom studier
Total kolesterol (mmol/l)	Basert på data fra 801 deltakere i 6 RCT-studier over 4 uker – 2 år	Forskjell	MD 0.14 lavere (KI 0.19 lavere til 0.09 lavere)	Moderat Risiko for publiseringsskjevhet
Triglyserider (mmol/l)	Basert på data fra 801 deltakere i 6 RCT-studier over 4 uker – 2 år	Forskjell	MD 0.29 lavere (KI 0.47 lavere til 0.10 lavere)	Moderat Uforklarlig heterogenitet mellom studier
Systolisk blodtrykk (mmHg)	Basert på data fra 555 deltakere i 3 RCT-studier over 6 måneder – 4 år	Forskjell	MD 1.45 lavere (KI 1.97 lavere til 0.94 lavere)	Høy
Diastolisk blodtrykk (mmHg)	Basert på data fra 555 deltakere i 3 RCT-studier over 6 måneder – 4 år	Forskjell	MD 1.41 lavere (KI 1.84 lavere til 0.97 lavere)	Høy