

4.11 Kosthold og kostsammensetning ved alle former for diabetes

Levevaner ved diabetes og behandling av overvekt og fedme

Nøtter (>30 g/d) vs ingen nøtter for personer med diabetes mellitus

Utfall	Relativ effekt (KI) (deltakere, studier, oppfølging)	Absolutt forskjell med		Tiltro til estimatene
		Ingen nøtter	nøtter	
HbA1c (%)	Basert på data fra 274 deltakere i 8 RCT-studier over median 8 uker	Forskjell	MD 0.07 lavere (KI 0.10 lavere til 0.03 lavere)	Lav Risiko for systematiske feil og redusert overførbarhet
Fastende plasma glukose (mmol/l)	Basert på data fra 413 deltakere i 11 RCT-studier over 8 uker	Forskjell	MD 0.15 lavere (KI 0.27 lavere til 0.02 lavere)	Moderat Risiko for systematiske feil