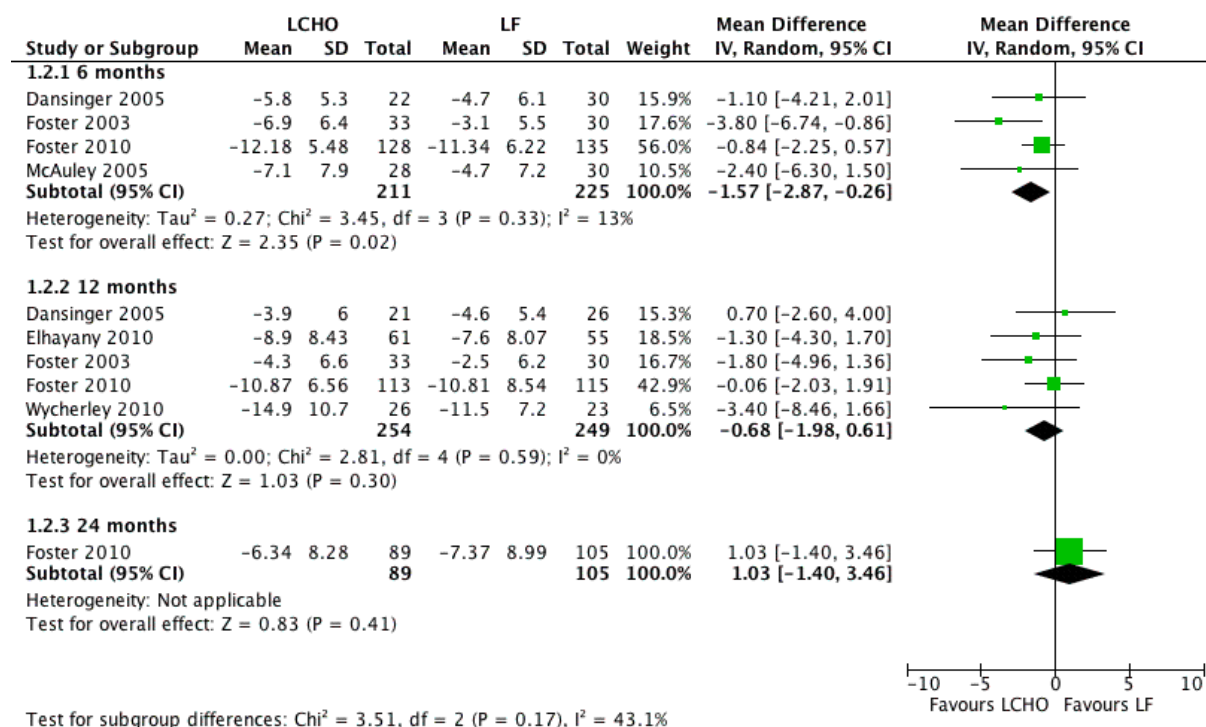
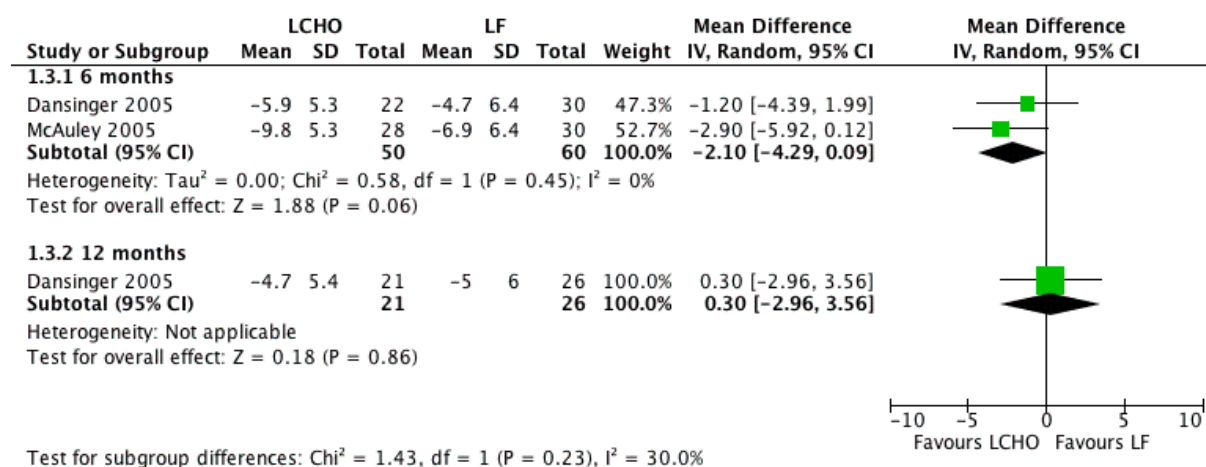


## Bilaga 3A. Metaanalyser

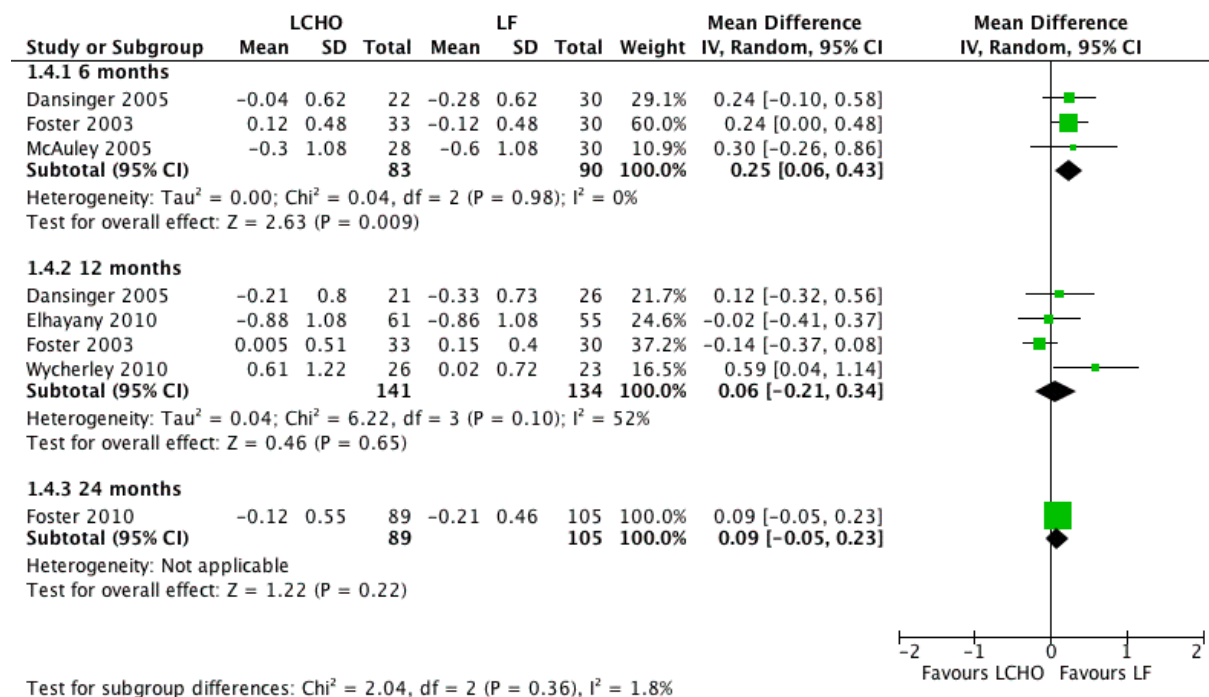
### Metaanalyser till avsnitt 3.1.1 Måttlig lågkolhydratkost jämfört med lågfettkost vid fetma



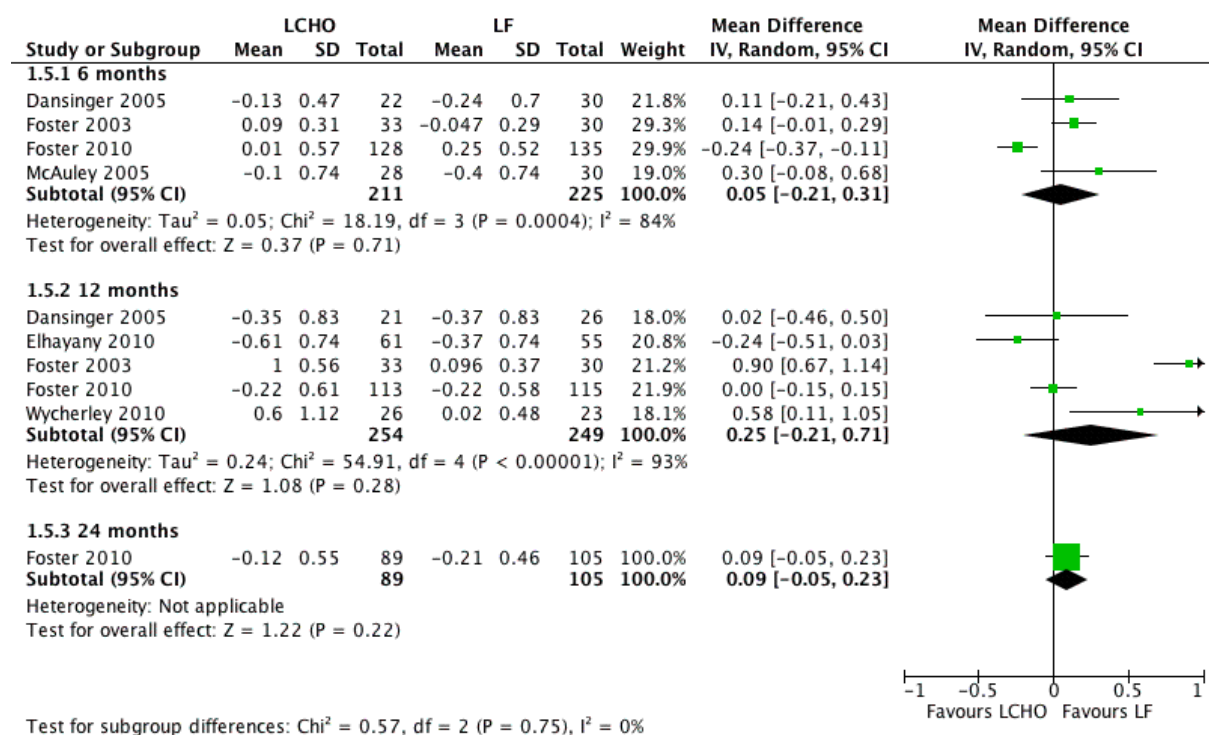
**Figur 3.1.1.1.** Effekt av måttlig lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på vikt (kg) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.



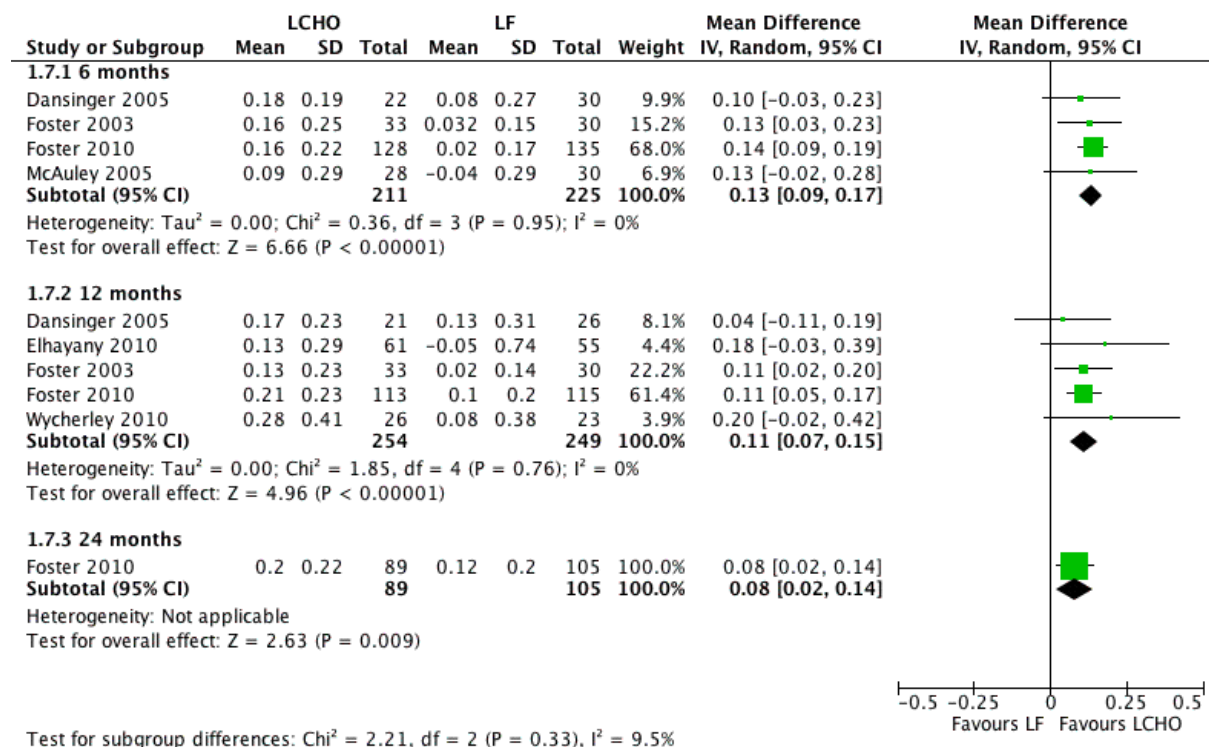
**Figur 3.1.1.2.** Effekt av måttlig lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på midjeomfång (cm) hos personer med fetma efter 6 och 12 månader.



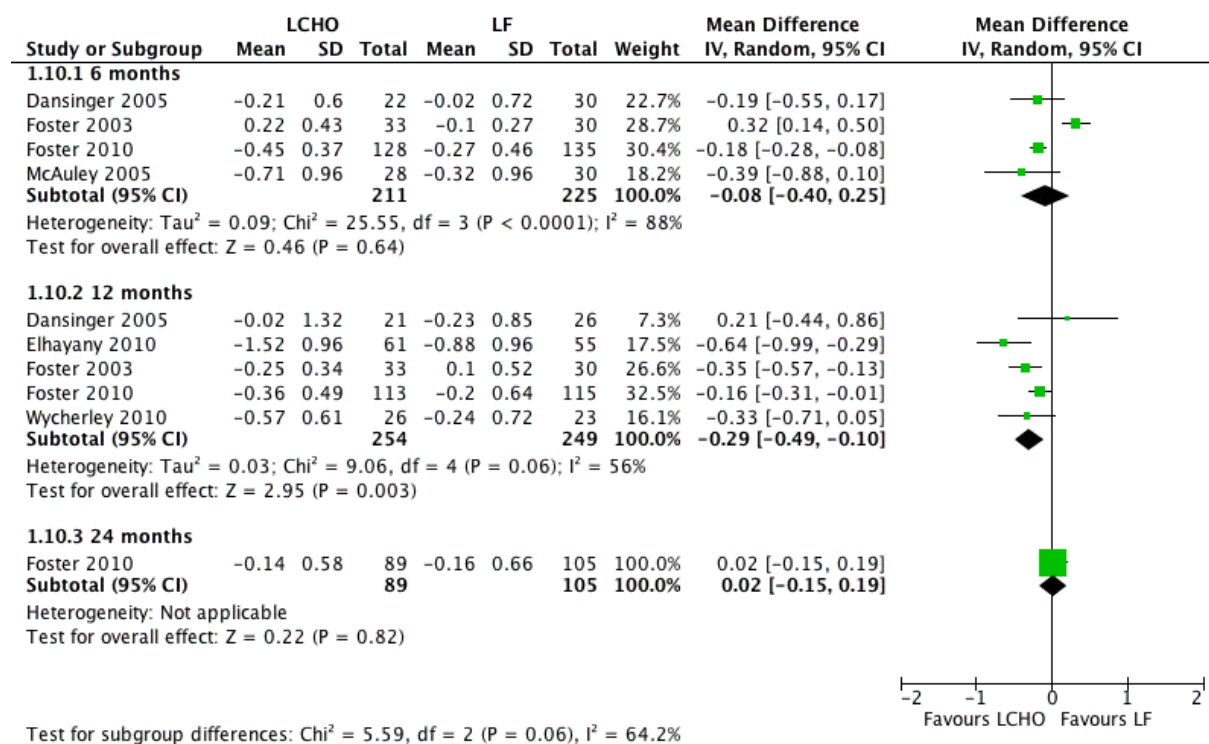
**Figur 3.1.1.3.** Effekt av måttlig lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på totalt kolesterol (mmol/l) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.



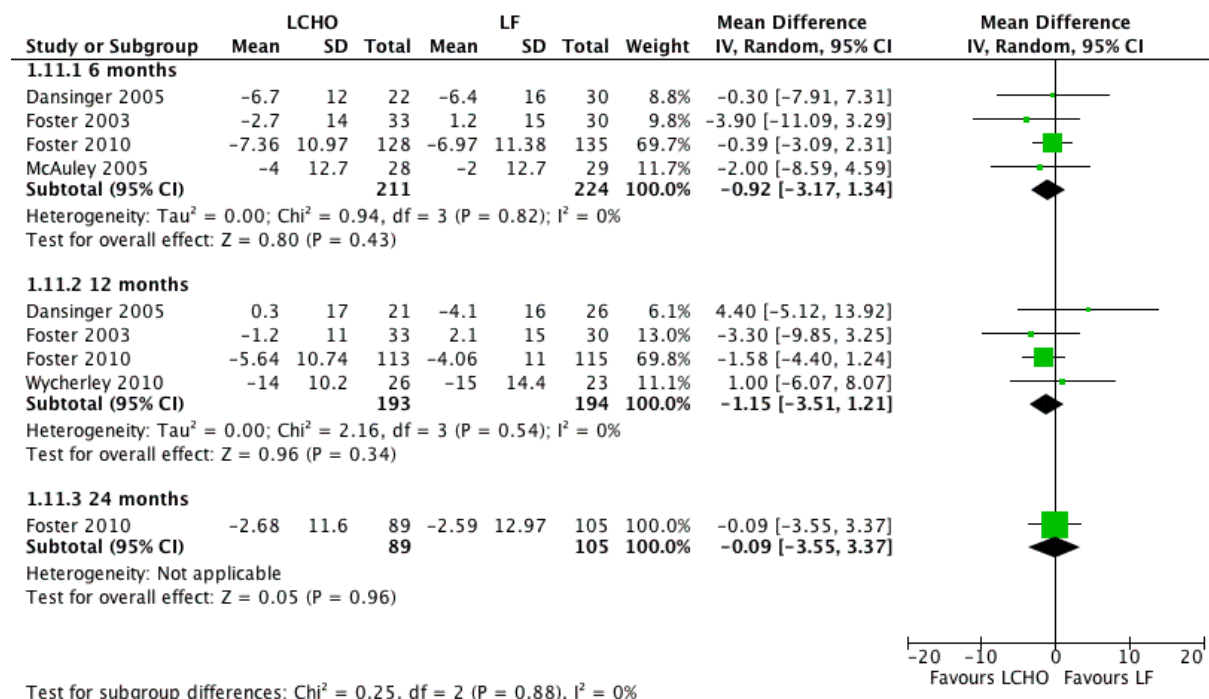
**Figur 3.1.1.4.** Effekt av måttlig lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på LDL-kolesterol (mmol/l) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.



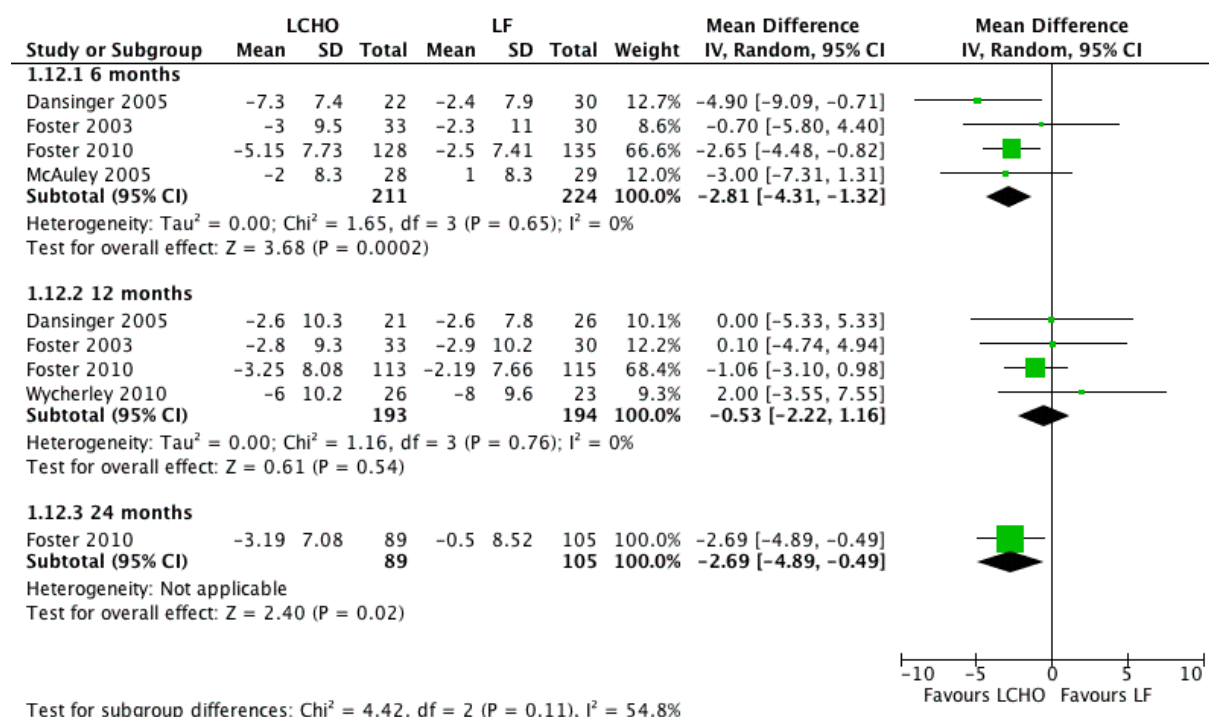
**Figur 3.1.1.5.** Effekt av måttlig lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på HDL-kolesterol (mmol/l) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.



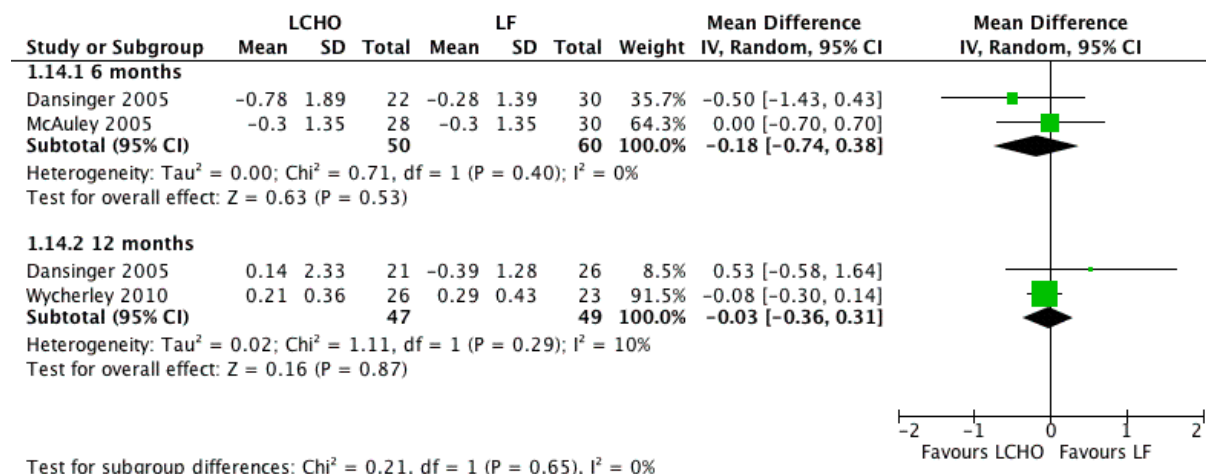
**Figur 3.1.1.6.** Effekt av måttlig lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på triglycerider (mmol/l) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.



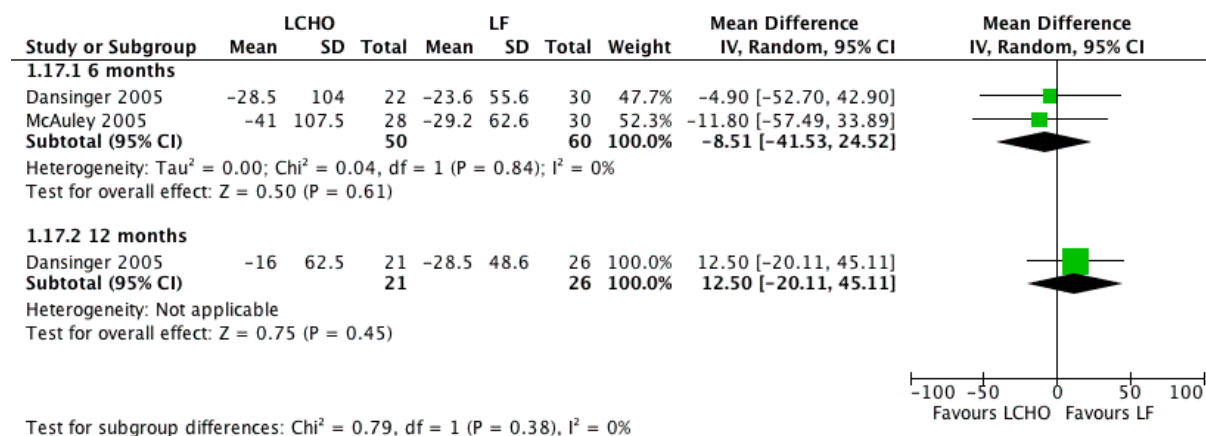
**Figur 3.1.1.7.** Effekt av måttlig lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på systoliskt blodtryck (mm Hg) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.



**Figur 3.1.1.8.** Effekt av måttlig lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på diastoliskt blodtryck (mm Hg) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.



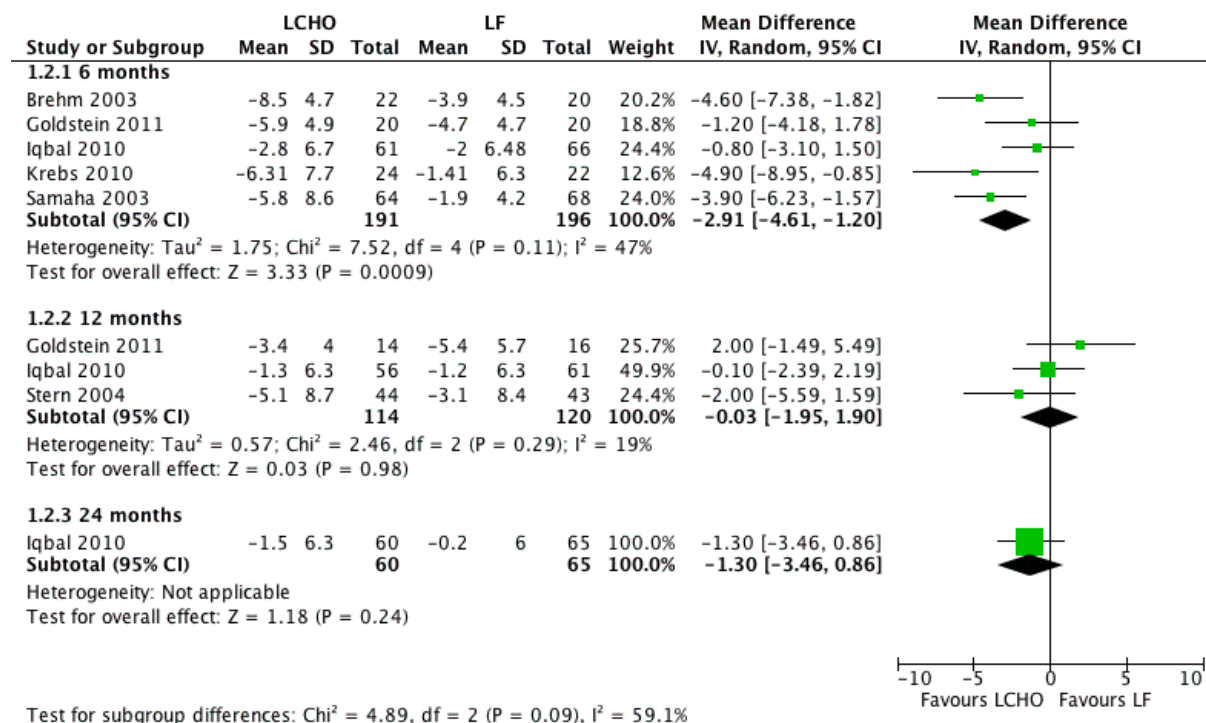
**Figur 3.1.1.9.** Effekt av måttlig lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på fasteblodssocker (mmol/l) hos personer med fetma utan diabetes efter 6 och 12 månader.



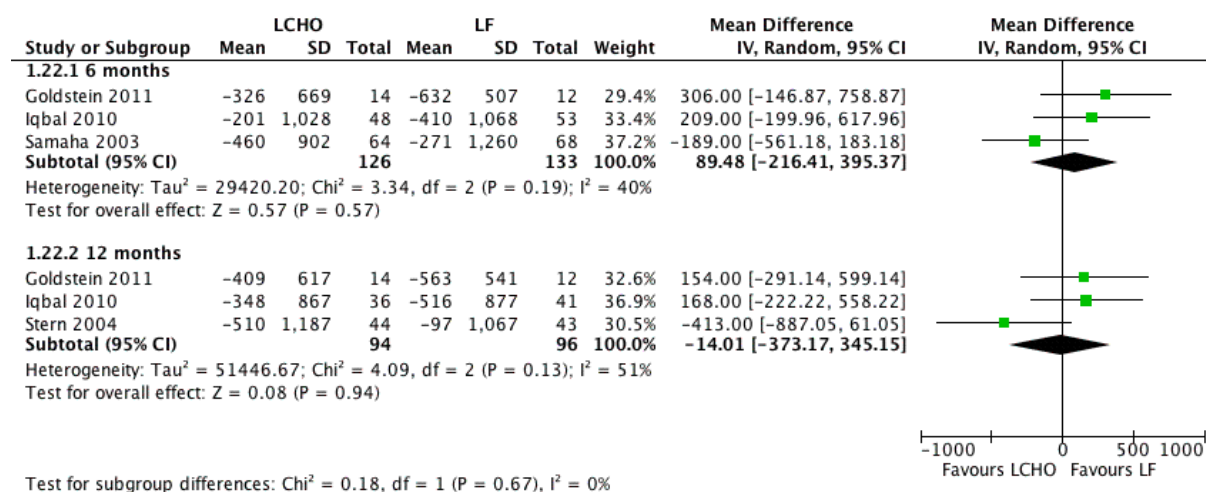
**Figur 3.1.1.10.** Effekt av måttlig lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på fasteinsulin (pmol/l) hos personer med fetma utan diabetes efter 6 och 12 månader.



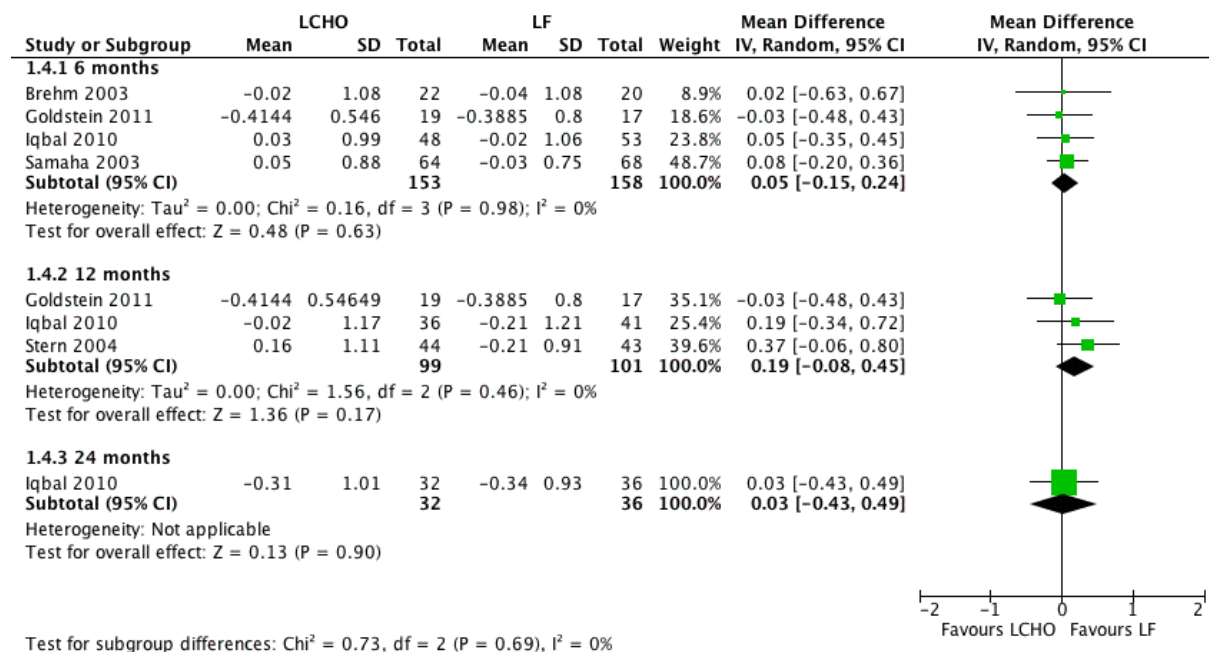
## Metaanalyser till avsnitt 3.1.2 Strikt lågkolhydratkost jämfört med lågfettkost hos personer med fetma



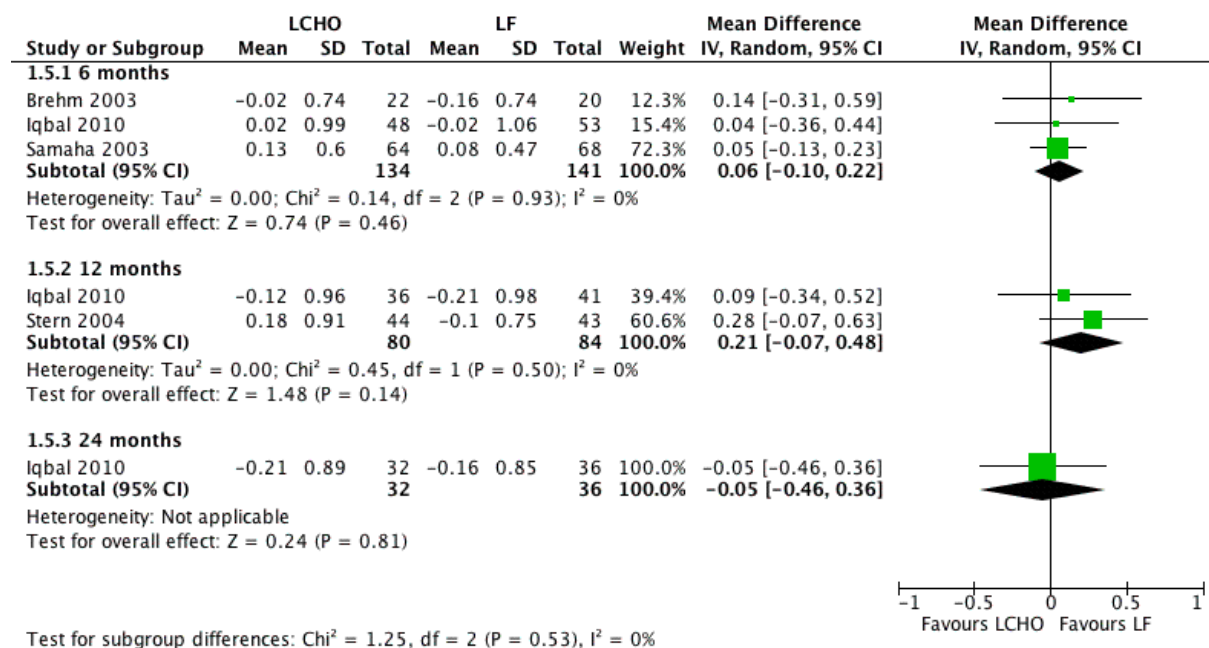
**Figur 3.1.2.1.** Effekt av strikt lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på vikt (kg) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.



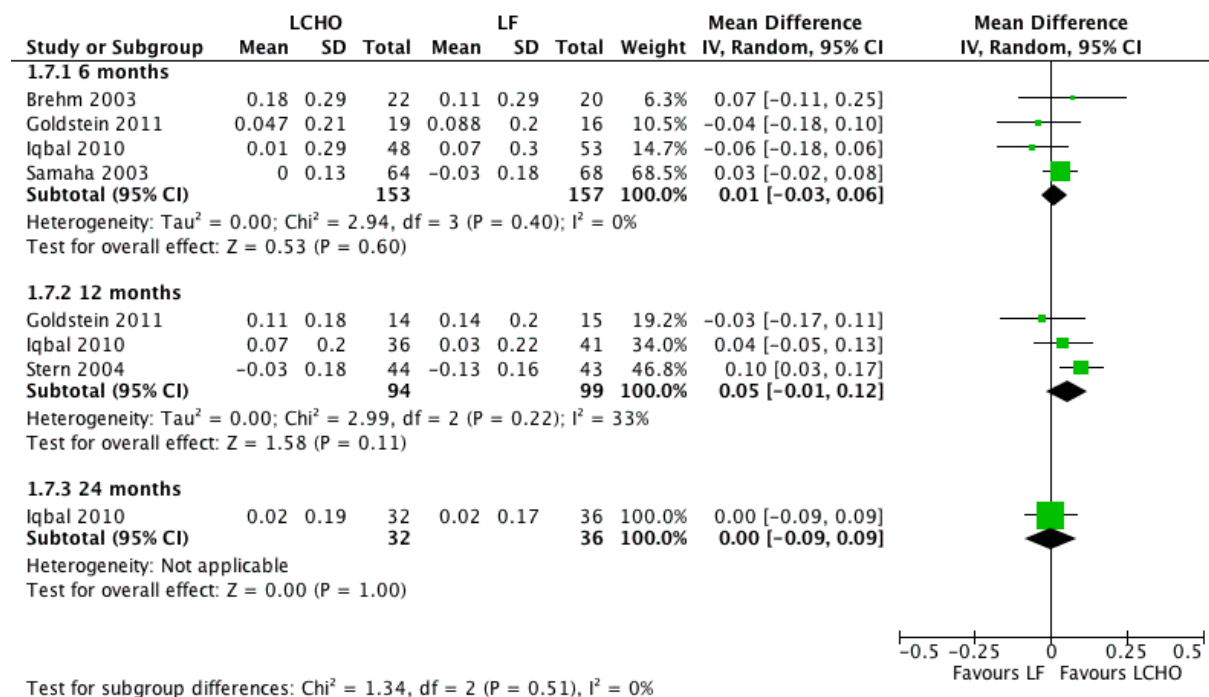
**Figur 3.1.2.2.** Effekt av strikt lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på energiintag (kcal/d) hos personer med fetma efter 6 och 12 månader.



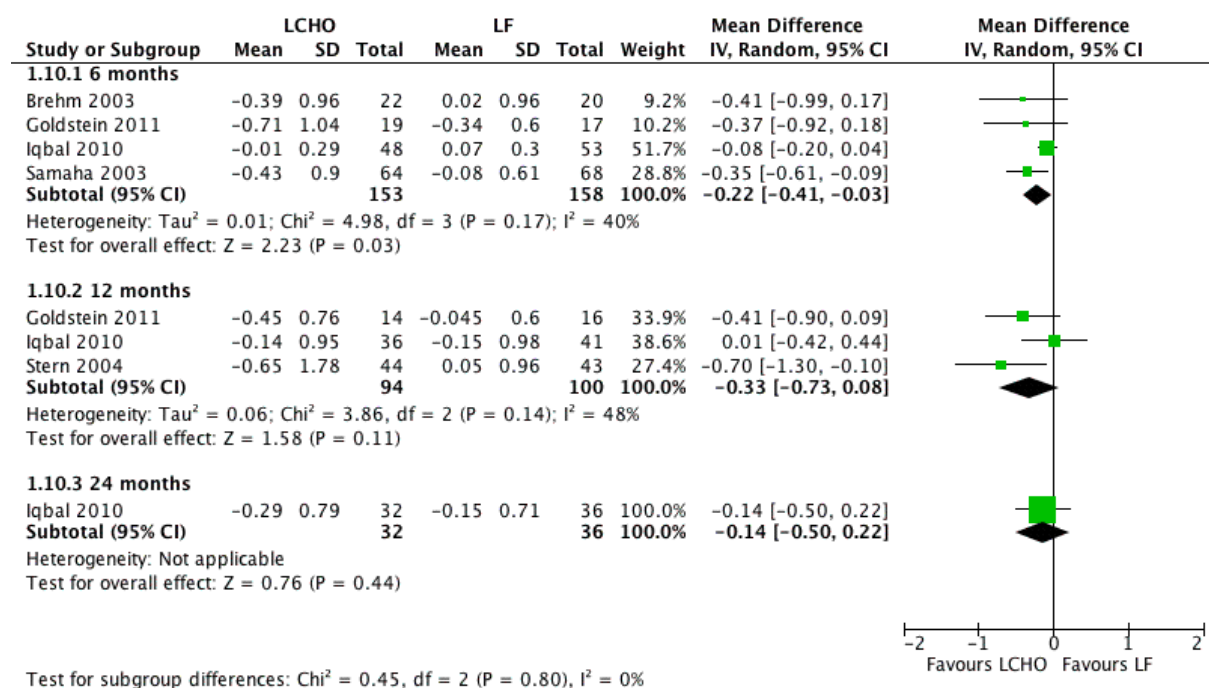
**Figur 3.1.2.3.** Effekt av strikt lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på totalt kolesterol (mmol/l) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.



**Figur 3.1.2.4.** Effekt av strikt lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på LDL-kolesterol (mmol/l) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.

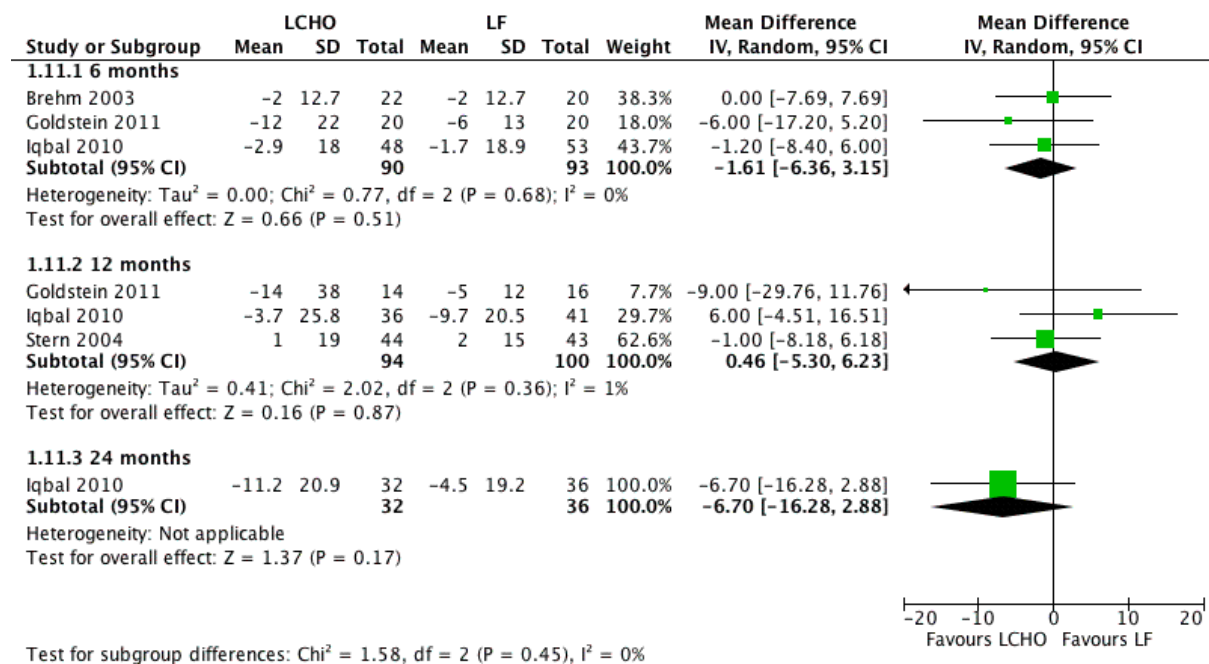


**Figur 3.1.2.5.** Effekt av strikt lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på HDL-kolesterol (mmol/l) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.

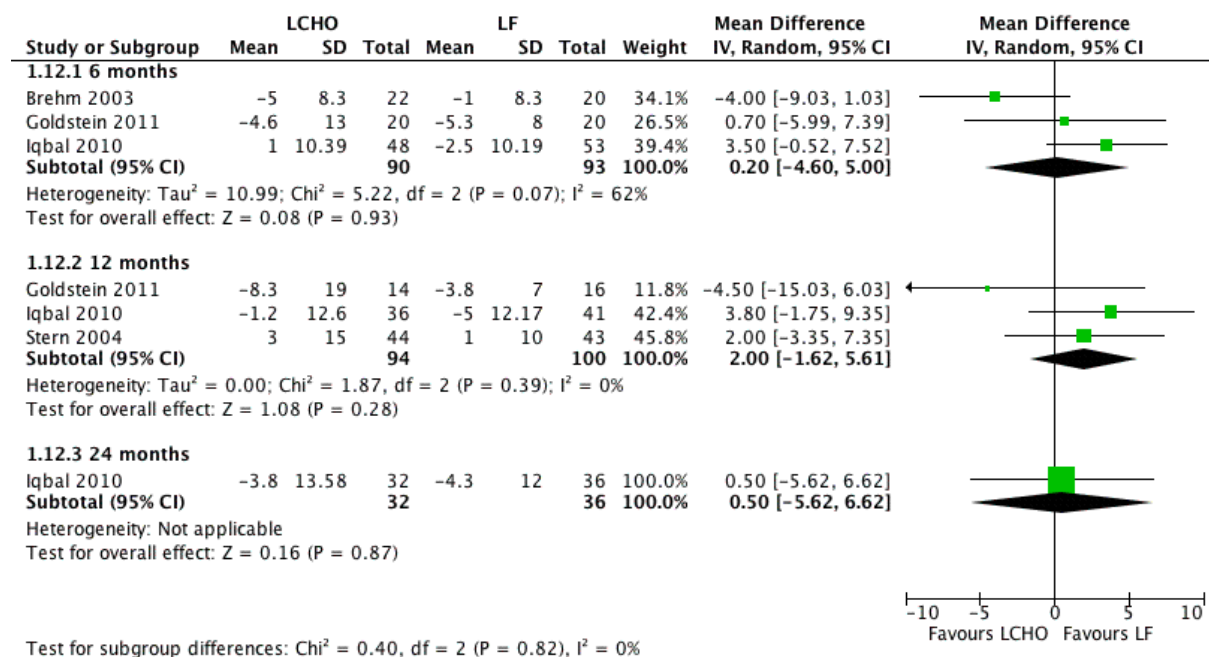


**Figur 3.1.2.6.** Effekt av strikt lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på triglycerider (mmol/l) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.

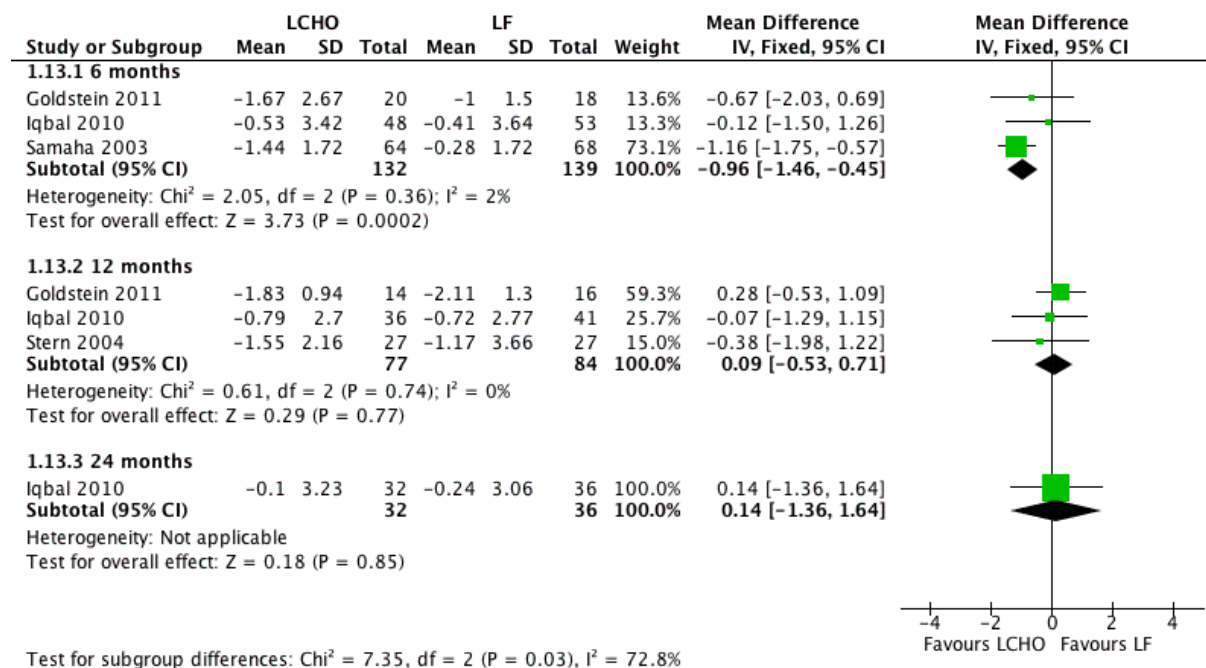




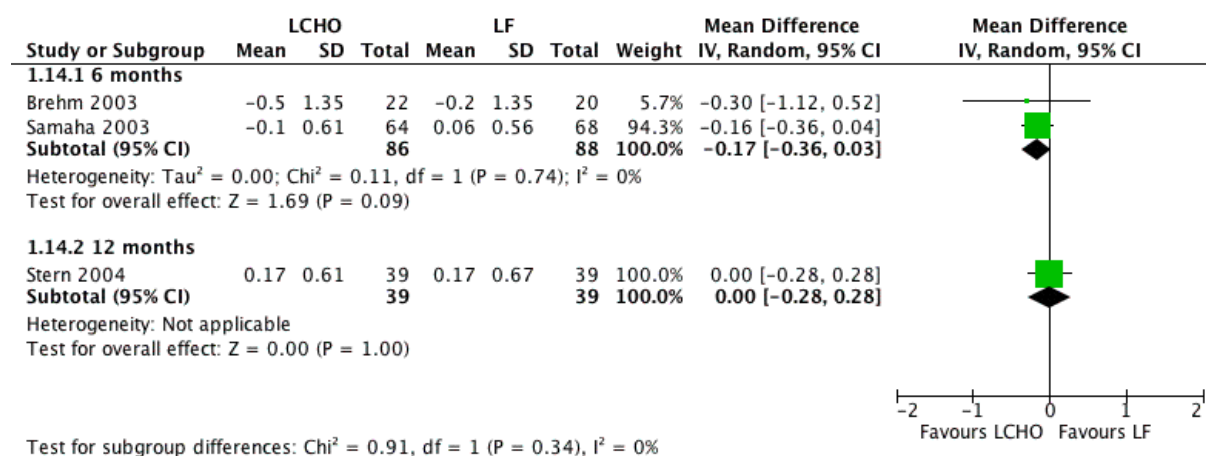
**Figur 3.1.2.7.** Effekt av strikt lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på systoliskt blodtryck (mm Hg) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.



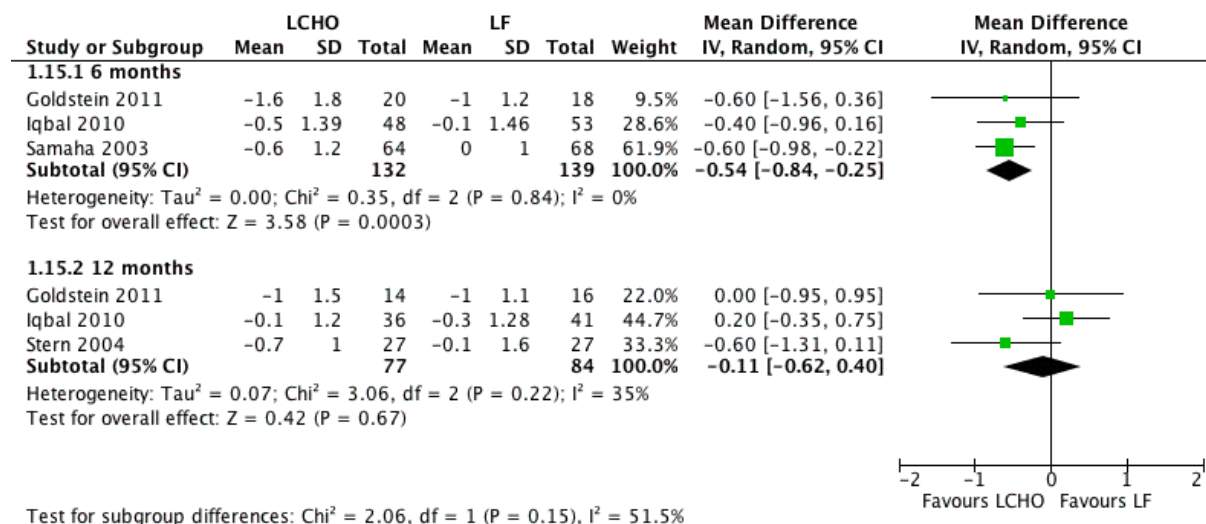
**Figur 3.1.2.8.** Effekt av strikt lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på diastoliskt blodtryck (mm Hg) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.



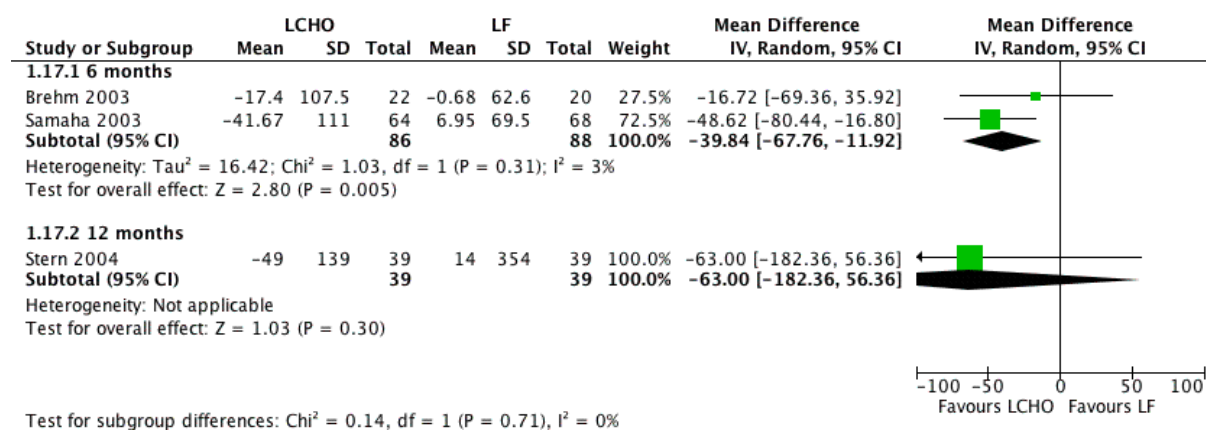
**Figur 3.1.2.9.** Effekt av strikt lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på fasteblodssocker (mmol/l) hos personer med fetma och diabetes efter 6, 12 och 24 månader.



**Figur 3.1.2.10.** Effekt av strikt lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på fasteblodssocker (mmol/l) hos personer med fetma utan diabetes efter 6 och 12 månader.

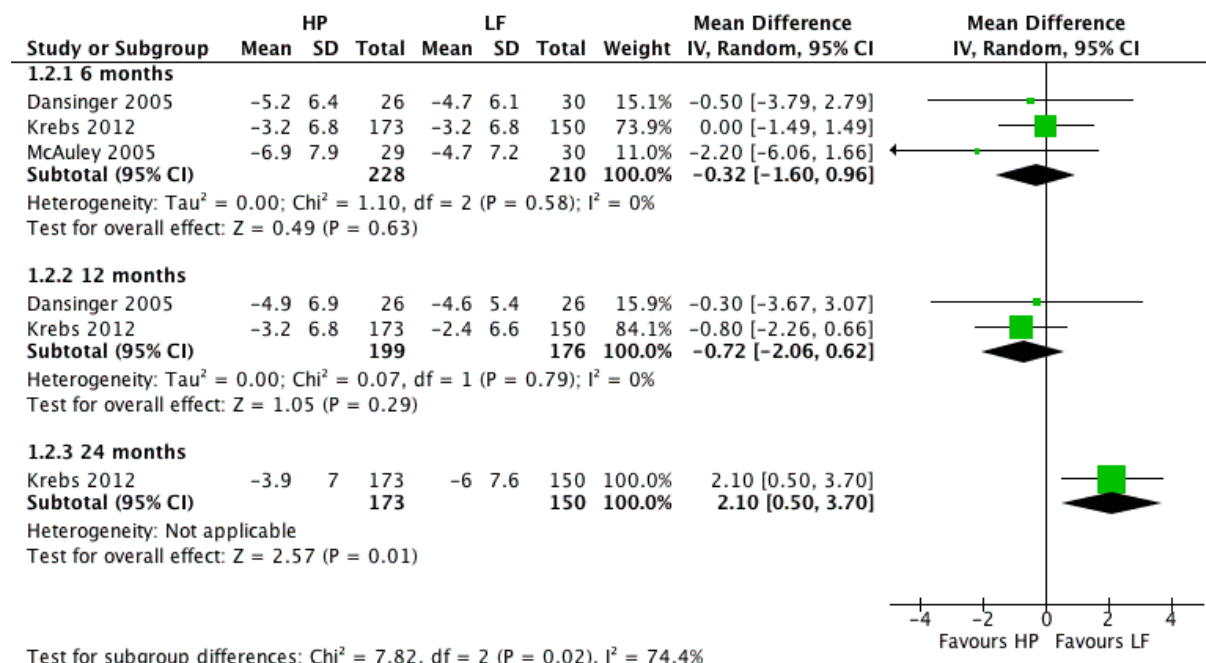


**Figur 3.1.2.11.** Effekt av strikt lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på HbA1c hos personer med fetma och diabetes efter 6 och 12 månader.

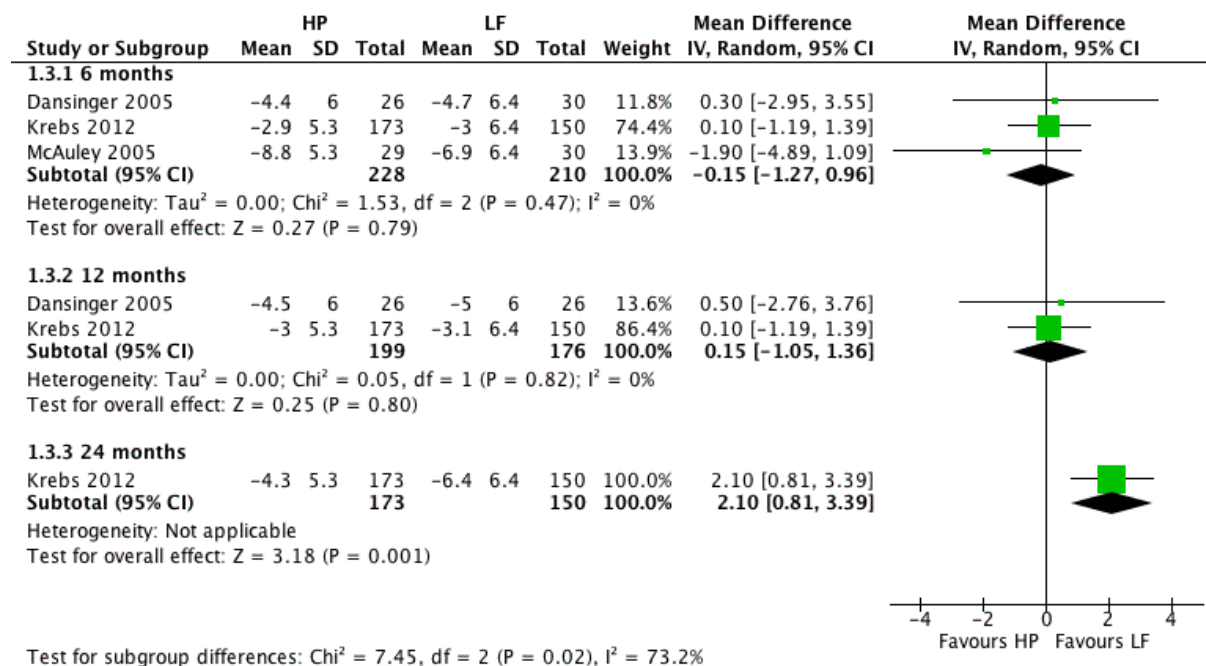


**Figur 3.1.2.12.** Effekt av strikt lågkolhydratkost (LCHO) jämfört med lågfettkost (LF) på fasteinsulin (pmol/l) hos personer med fetma utan diabetes efter 6 och 12 månader.

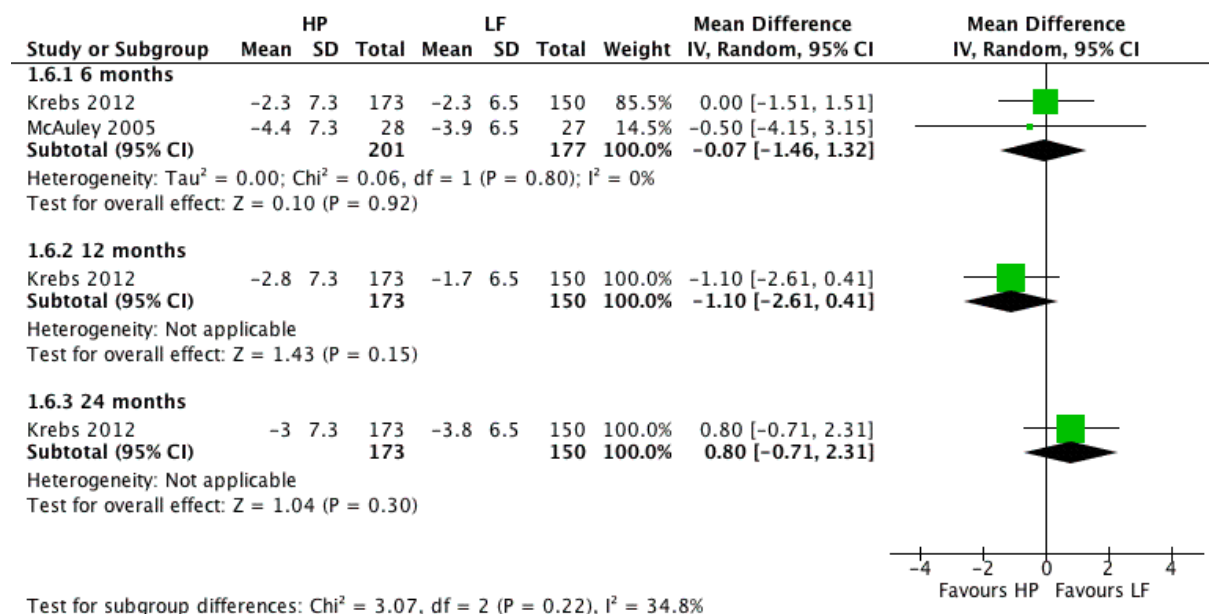
## Metaanalyser till avsnitt 3.1.9 Effekt av högproteinkost jämfört med lågfettkost hos personer med fetma



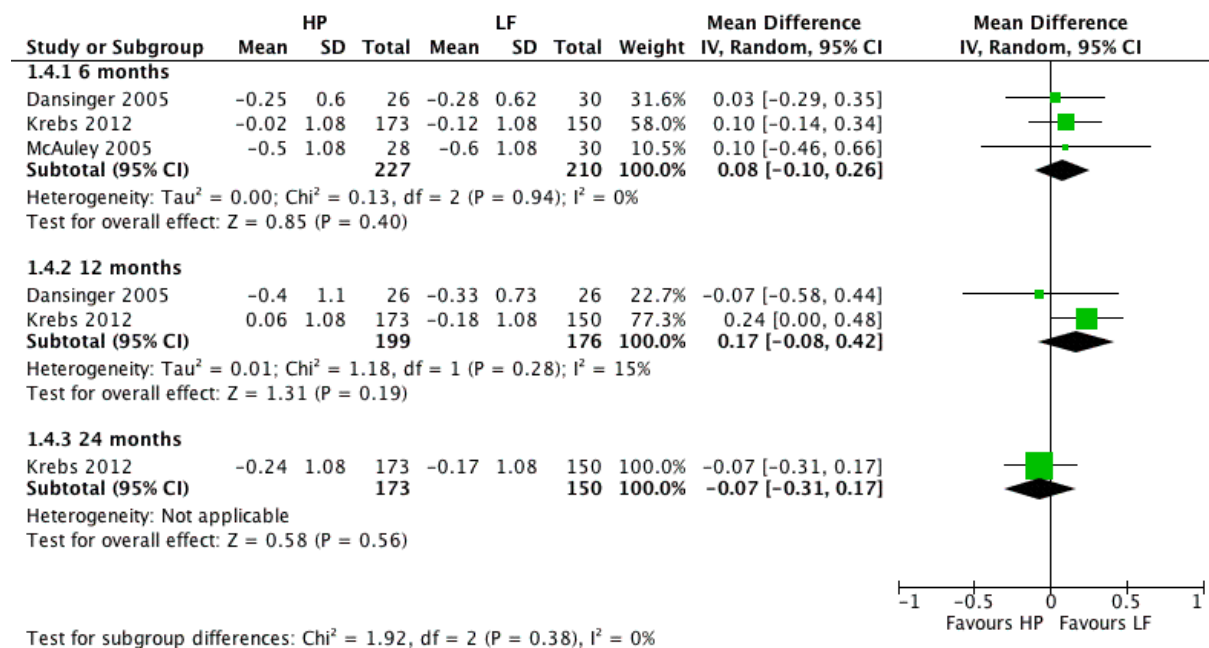
**Figur 3.1.9.1.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med lågfettkost (LF) på vikt (kg) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.



**Figur 3.1.9.2.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med lågfettkost (LF) på midjeomfång (cm) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.

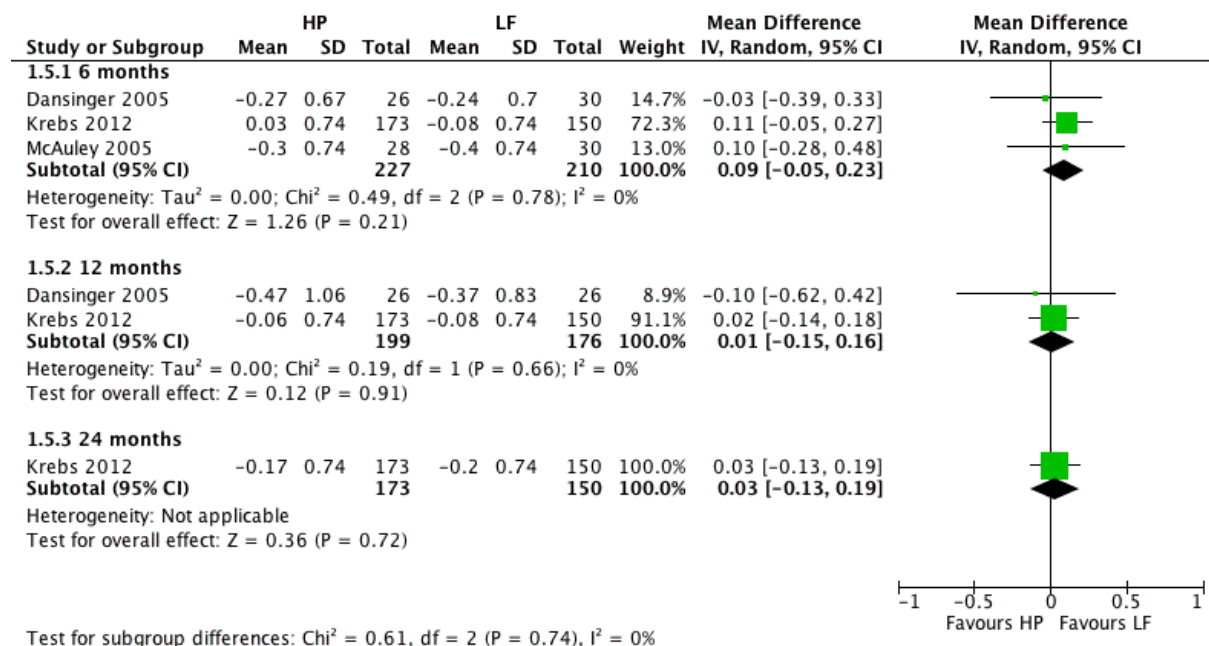


**Figur 3.1.9.3.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med lågfettkost (LF) på kroppsfett (kg) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.

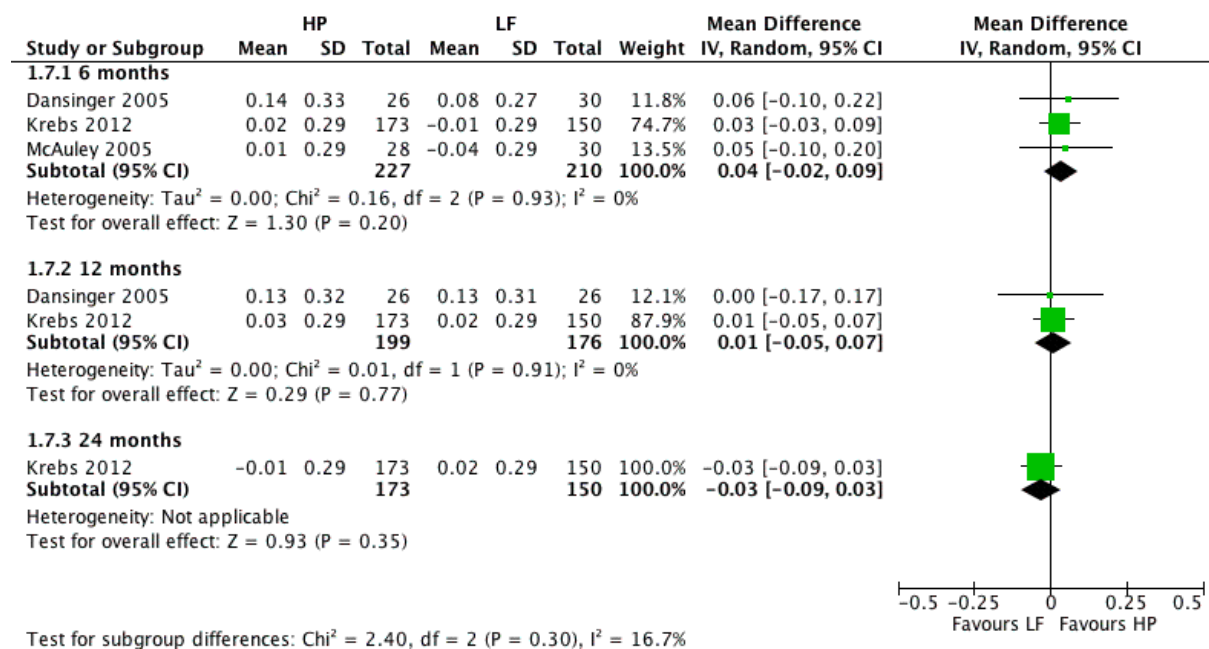


**Figur 3.1.9.4.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med lågfettkost (LF) på totalt kolesterol (mmol/l) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.

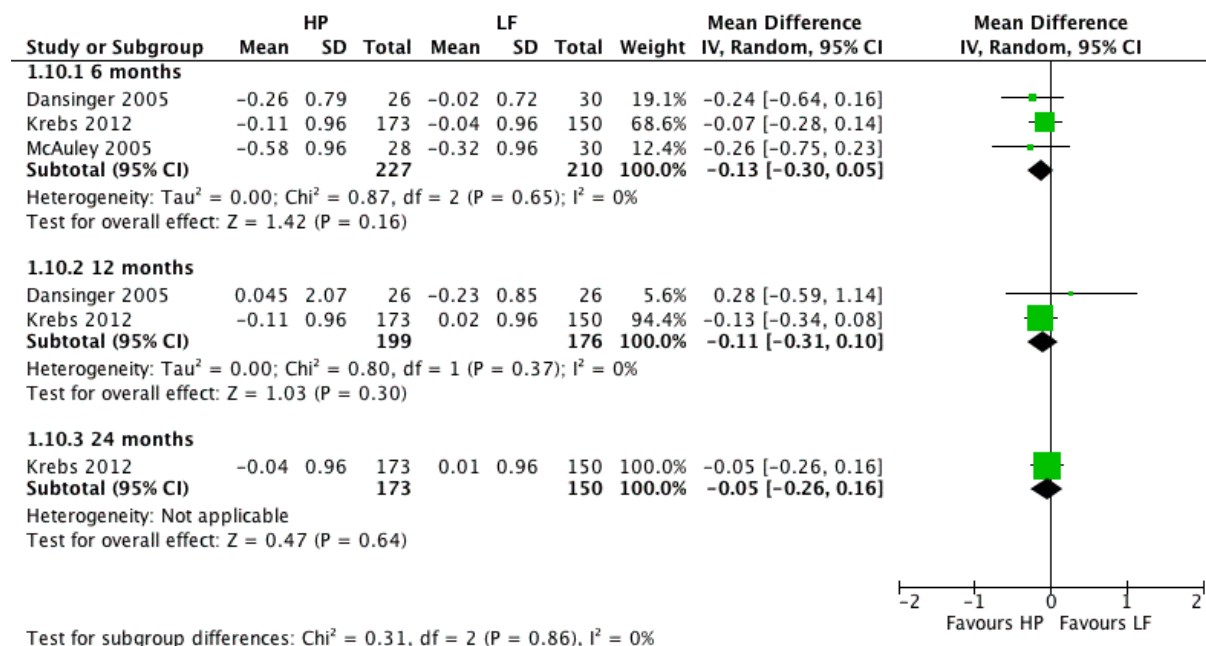




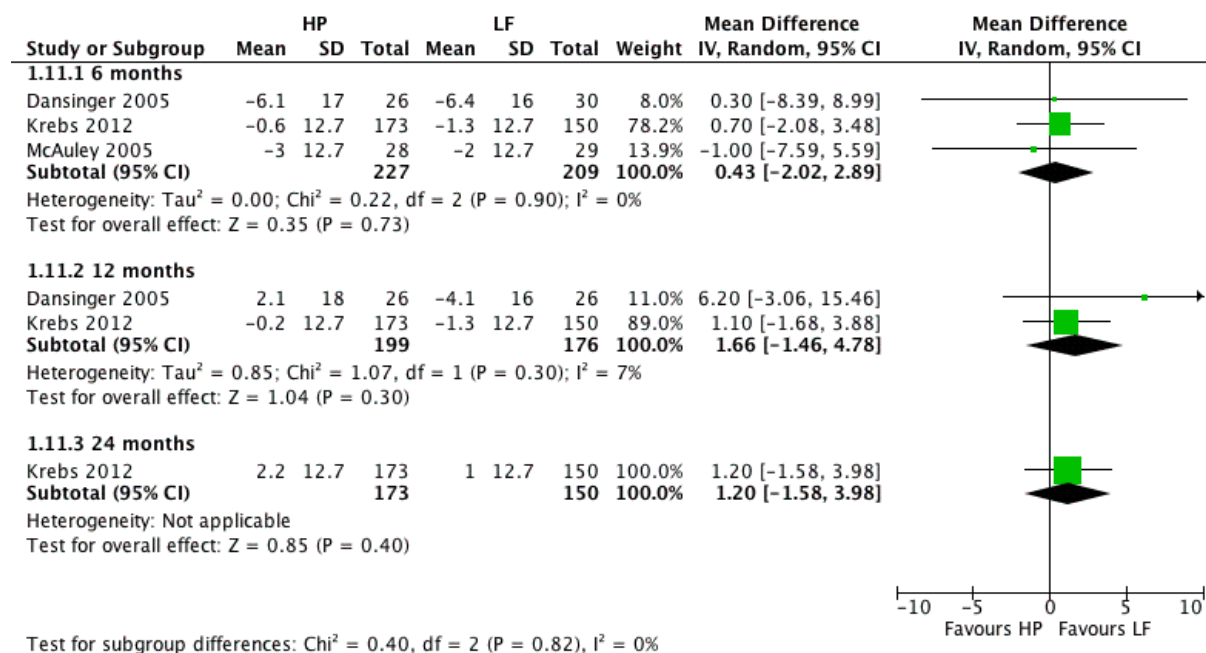
**Figur 3.1.9.5.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med lågfettkost (LF) på LDL-kolesterol (mmol/l) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.



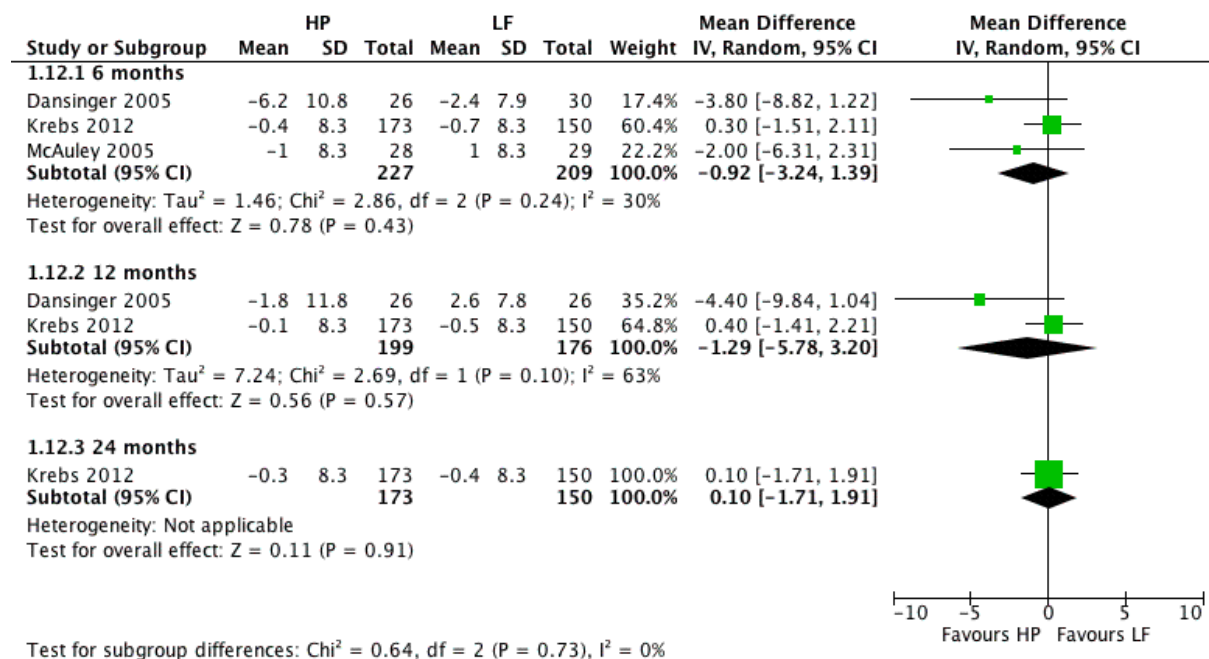
**Figur 3.1.9.6.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med lågfettkost (LF) på HDL-kolesterol (mmol/l) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.



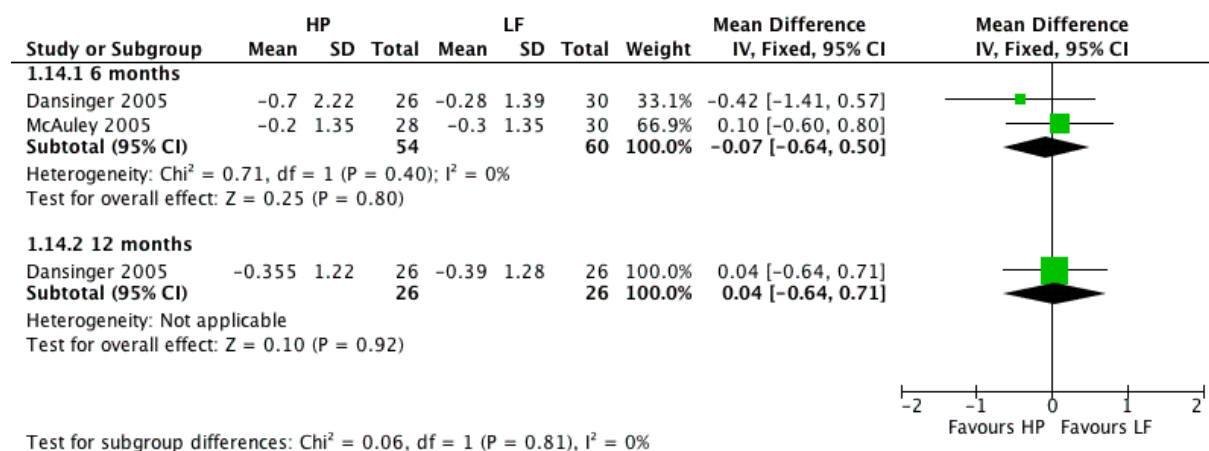
**Figur 3.1.9.7.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med lågfettkost (LF) på triglycerider (mmol/l) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.



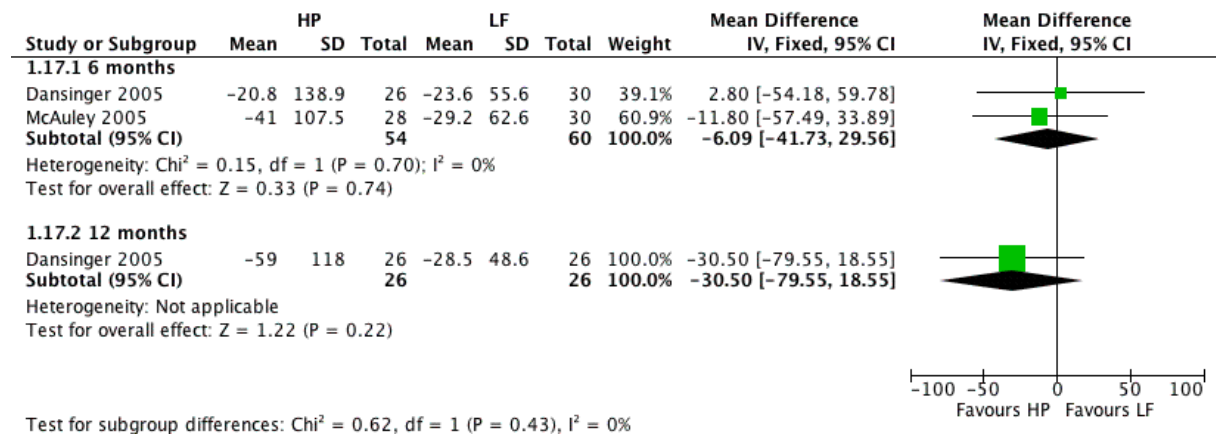
**Figur 3.1.9.8.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med lågfettkost (LF) på systoliskt blodtryck (mm Hg) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.



**Figur 3.1.9.9.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med lågfettkost (LF) på diastoliskt blodtryck (mm Hg) hos personer med fetma efter 6, 12 och 24 månader.

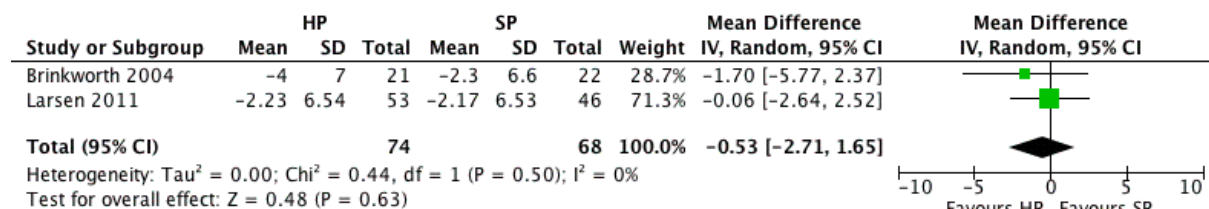


**Figur 3.1.9.10.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med lågfettkost (LF) på fastblodssocker (mmol/l) hos personer med fetma utan diabetes efter 6 och 12 månader.

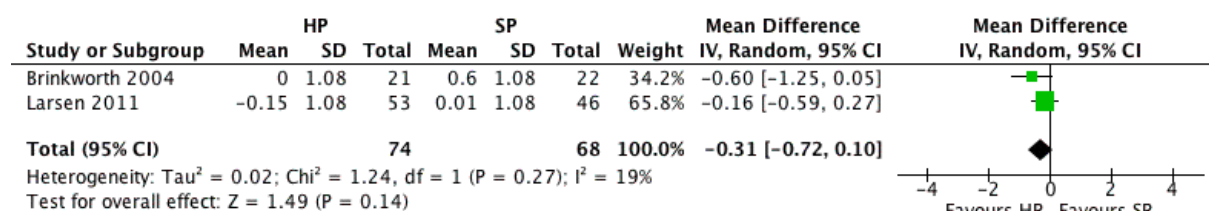


**Figur 3.1.9.11.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med lågfettkost (LF) på fasteinsulin (pmol/l) hos personer med fetma utan diabetes efter 6 och 12 månader.

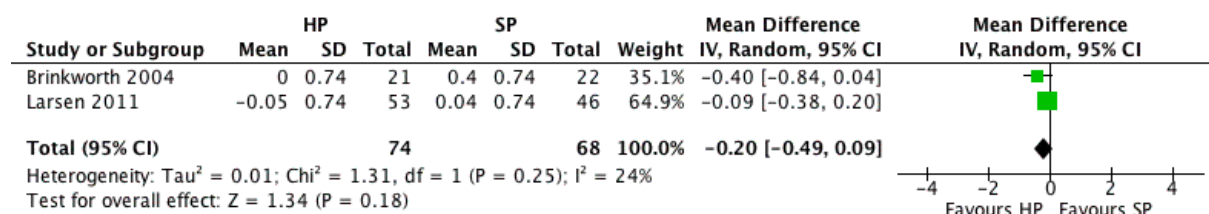
## Metaanalyser till avsnitt 3.1.10. Högproteinkost jämfört med standardproteinkost vid fetma



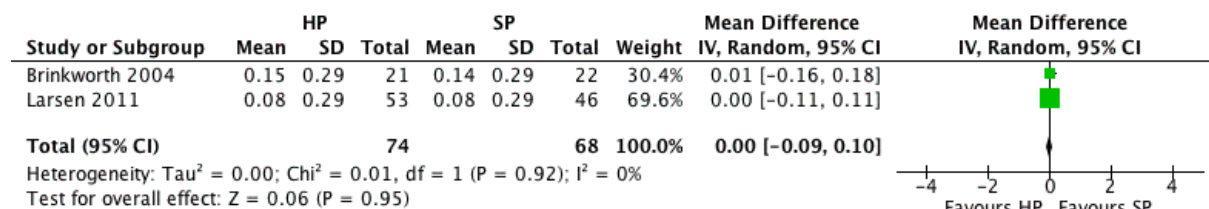
**Figur 3.1.10.1.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med standardproteinkost (SP) på vikt (kg) hos personer med fetma efter 6 månader.



**Figur 3.1.10.2.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med standardproteinkost (SP) på totalt kolesterol (mmol/l) hos personer med fetma efter 6 månader.

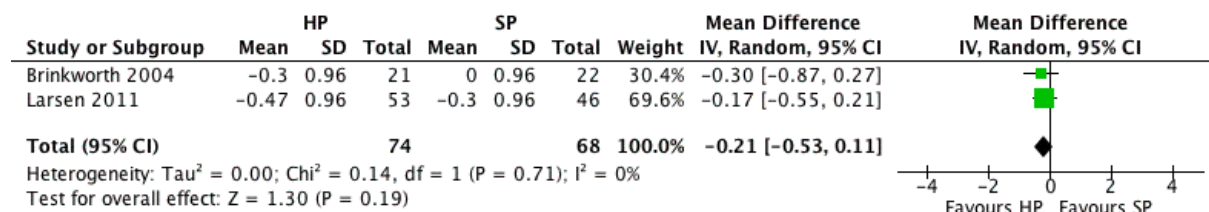


**Figur 3.1.10.3.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med standardproteinkost (SP) på LDL-kolesterol hos personer med fetma efter 6 månader.

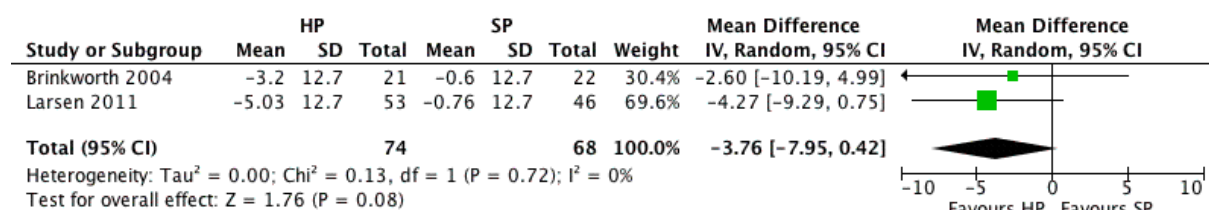


**Figur 3.1.10.4.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med standardproteinkost (SP) på HDL-kolesterol (mmol/l) hos personer med fetma efter 6 månader.

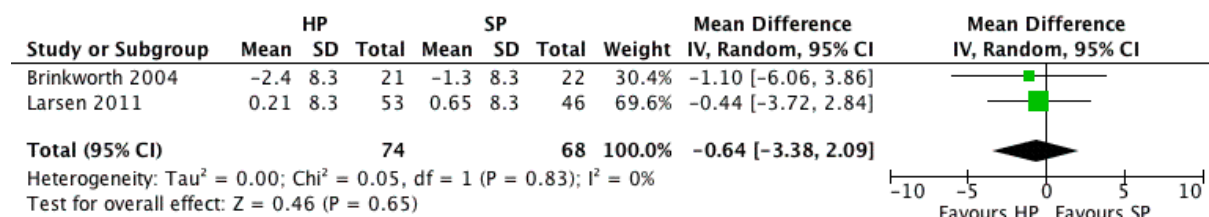




**Figur 3.1.10.5.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med standardproteinkost (SP) på triglycerider (mmol/l) hos personer med fetma efter 6 månader.

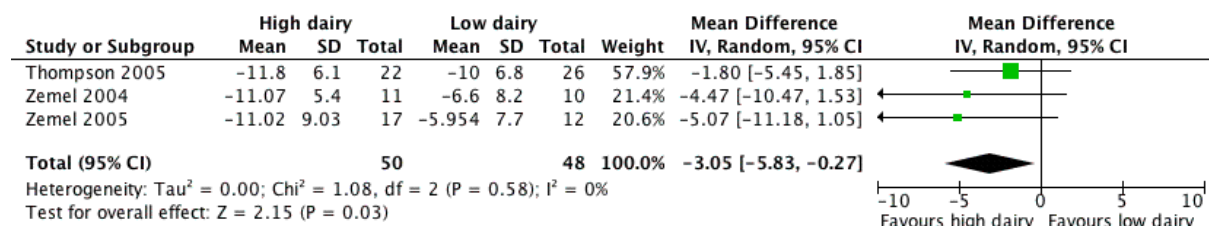


**Figur 3.1.10.6.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med standardproteinkost (SP) på systoliskt blodtryck (mm Hg) hos personer med fetma efter 6 månader.

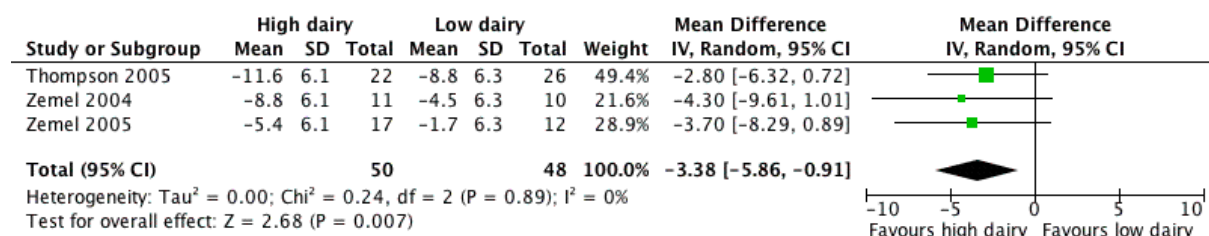


**Figur 3.1.10.7.** Effekt av högproteinkost (HP) jämfört med standardproteinkost (SP) på diastoliskt blodtryck (mm Hg) hos personer med fetma efter 6 månader.

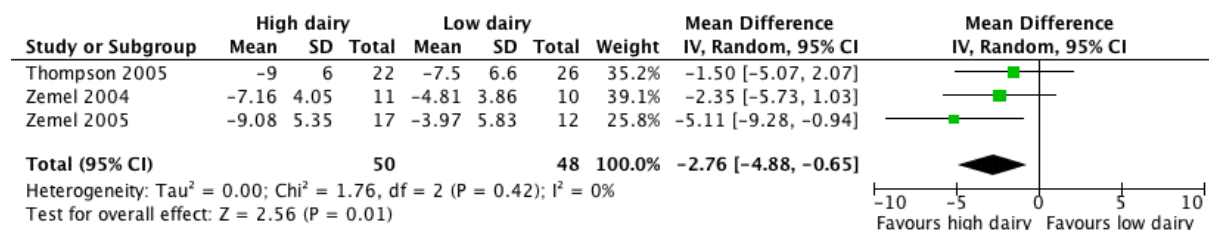
## Metaanalyser till avsnitt 3.3.2 Mejeriprodukter



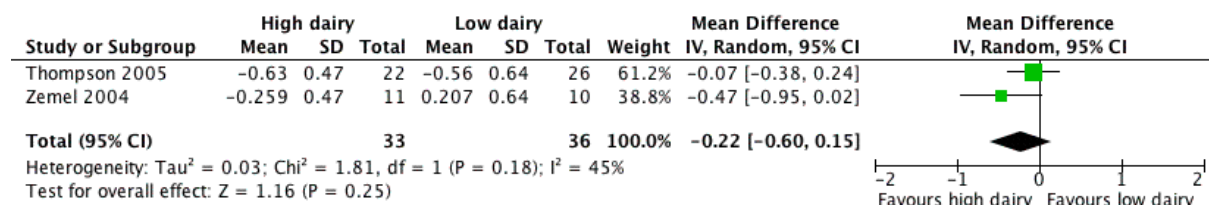
**Figur 3.3.2.1.** Effekt av råd om tillägg av mejeriprodukter till en energirestriktiv kost på vikt (kg) hos personer med fetma efter 6-12 månader.



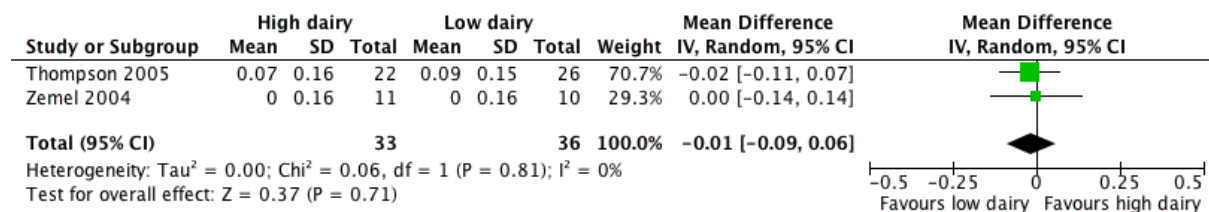
**Figur 3.3.2.2.** Effekt av råd om tillägg av mejeriprodukter till en energirestriktiv kost på midjeomfång (cm) hos personer med fetma efter 6-12 månader.



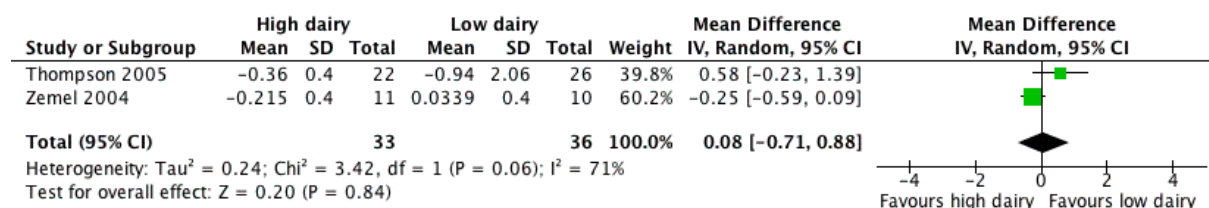
**Figur 3.3.2.3.** Effekt av råd om tillägg av mejeriprodukter till en energirestriktiv kost på kroppsfett (kg) hos personer med fetma efter 6-12 månader.



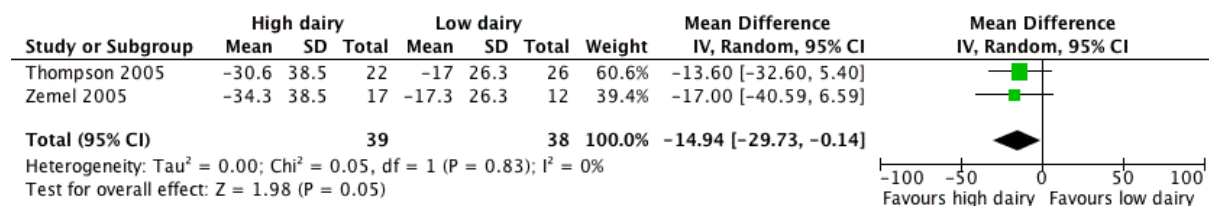
**Figur 3.3.2.4.** Effekt av råd om tillägg av mejeriprodukter till en energirestriktiv kost på LDL-kolesterol (mmol/l) hos personer med fetma efter 6-12 månader.



**Figur 3.3.2.5.** Effekt av råd om tillägg av mejeriprodukter till en energirestriktiv kost på HDL-kolesterol (mmol/l) hos personer med fetma efter 6-12 månader.



**Figur 3.3.2.6.** Effekt av råd om tillägg av mejeriprodukter till en energirestriktiv kost på triglycerider (mmol/l) hos personer med fetma efter 6-12 månader.



**Figur 3.3.2.7.** Effekt av råd om tillägg av mejeriprodukter till en energirestriktiv kost på fasteinsulin (pmol/l) hos personer med fetma efter 6-12 månader.