

標 題 : Fat Intake Reduction Strategies among Children and Adults to Eliminate Obesity and Non-Communicable Diseases in the Eastern Mediterranean Region  
東部地中海地域における肥満および非伝染性疾患を除去するための  
小児および成人の間での脂肪摂取の低減戦略

---

著 者 : A.A. Jawaldeh, et al. (オーストリア ウイーン大学 栄養学部)

---

掲 載 誌 : Children (Basel). 2018 Jun 29; 5(7):pii: E89

---

要 旨 :

非伝染性疾患(NCD)は世界的に主な死亡原因であり、2016年に年間3950万件の死亡(総死亡の72%)が4種類の主なNCDが原因と推計された: 心臓血管系疾患、がん、慢性呼吸器疾患および糖尿病。

東部地中海地域で全死亡のほぼ68%が、慢性または生活様式関連の疾患としてよく知られているNCDが原因である。

NCDの早死にの3分の2は4種類の修正可能な行動危険因子と関連している: 喫煙、不健康な食事、運動不足および有害なアルコール使用。

これらの不健康な行動は4種類の重要な代謝的/生物学的な変化を引き起こし; 血圧上昇、過体重/肥満、高い血糖値/糖尿病、および高脂血症(血中の脂肪の高い値)、それがNCDのリスクを高める。

世界的に、母親と幼児の栄養およびNCDの予防に関する合意した世界的目標に向けて既に各国が活動している。

両方の分野で、目標には過体重と肥満の増加を停止させること、および飽和脂肪酸およびトランス脂肪酸の摂取を減らすなどのNCDの食事関連一危険因子を減らすことが含まれる。

この総説の目的は、食事脂肪(飽和脂肪酸およびトランス脂肪酸)の摂取の減少を目的とする国および地域の計画、戦略および活動を強調することによって、東部地中海地域の諸国における現在の脂肪(飽和脂肪酸およびトランス脂肪酸)摂取の減少戦略に関する最新の概説を提示することである。

飽和脂肪酸の平均摂取量は総エネルギー摂取の10.3%と推計されると、文献の見直しが示しており、WHO(世界保健機関)の上限10%を超えている。

平均トランス脂肪酸摂取量は総エネルギー摂取の1.9%と推計され、それもWHOの上限1%を超えている。

最も高い飽和脂肪酸の摂取量はジブチ、サウジアラビア、レバノンおよびイエメンから報告され、そして最も高いトランス脂肪酸の摂取量はエジプトおよびパキスタンから報告された。

東部地中海地域の諸国が緊急の公衆衛生上の注意を受取るなら、証拠に基づいた予防的介入の移植によってNCD関連の罹患率および死亡率の合計がかなり減少するであろう。

これに関連して、飽和脂肪酸およびトランス脂肪酸の摂取の減少は、NDC まん延の増大を阻止する可能性のある費用効率の高い戦略として強調される。

キーワード： 東部地中海地域、NCD(非伝染性疾患)、SFAs(飽和脂肪酸)、TFAs(トランス脂肪酸)、脂 肪

---