

標 題 : Effects of an Indo-Mediterranean diet on progression of coronary artery disease in high risk patients (Indo-Mediterranean Diet Heart Study) : a randomized single-blind trial  
高リスク患者における冠状動脈性疾患の進行に対するインド - 地中海食事の影響 (インド - 地中海食事 心臓研究) : ランダム化シングルブラインド試験

---

著 者 : R. B. Singh, et al. (インド モラダバード 医学研究センター病院)

---

掲 載 誌 : Lancet 360: 1455-1461 (2002)

---

要 旨 :

背 景 : 南アジア住民における冠状動脈性疾患(CAD)の急速な発生は、従来の危険因子 (risk factors)によって説明されない。

CAD の高リスク患者に対するこの食事の有効性を、高 -リノレン酸地中海型食事の観点で、我々が評価した。

方 法 : 狭心症、心筋梗塞、またはCAD 危険因子のある患者 1000 人で、我々はランダム化シングルブラインド試験を行った。

499 人の患者を全粒穀物、果物、野菜、クルミおよびアーモンドが多い食事に割当てた。501 人の対照者は国立コレステロール研究計画(NCEP)の第 1 段階食事に似た食事を摂取した。

研究結果 : 介入群は対照よりも多くの果物、野菜、豆類、クルミおよびアーモンドを摂取した (1 日当たり 573g[SD127]対 231g[SD19]、 $p<0.001$ )。介入群は全粒穀物、カラシ、または大豆油の摂取を増した。

-リノレン酸の平均摂取量は介入群で 2 倍であった (1 日当たり 1.8g[SD0.4]対 0.8g[SD0.2]、 $p<0.001$ )。

心臓病評価項目合計は、介入群で対照より有意に少なかった (39 件対 76 件、 $p<0.001$ )。心臓病による急死も減り (6 対 16、 $p<0.015$ )、非致死性の心筋梗塞も同様であった (21 対 43、 $p<0.001$ )。

血清コレステロールおよび他の危険因子は両群とも有意に低下し、特に介入群で低下したと、我々は指摘した。

処置(介入)群において、既存の CAD ある患者は対照群の患者と比較して大きな有効性を得た。

解 釈 : -リノレン酸が多いインド 地中海食事は従来の NCEP 第 1 段階食事よりも、CAD の一次予防および二次予防で有効であるだろう。

---