

標 題 : The Mediterranean and Dietary Approaches to Stop Hypertension
(DASH) diets and colorectal cancer
地中海食事および高血圧を阻止するための取組み(DASH)食事と結直腸癌

著 者 : T. T. Fung, et al. (米国 ボストン シモンズ大学 栄養学部)

掲 載 誌 : Am. J. Clin. Nutr. 92: 1429-1435 (2010)

要 旨 :

背 景 : 地中海食事は癌死亡について研究され、また高血圧を阻止するための取組み(DASH)食事は地中海食事に類似しているがけれども、この2種類の食事と結直腸癌発症を特に観察した研究は少ない。

目 的 : 目的は、代替りの地中海食事およびDASH式の食事スコアと結直腸癌リスクとの間の関連を中年の男性と女性で追跡的に評価することであった。

計 画 : 癌の病歴がない女性87,256人および男性45,490人(開始時に女性30~55歳、男性40~75歳)を ≤ 26 年間追跡した。
追跡中に ≤ 7 回評価した食事情報を用いて、各参加者の地中海食事およびDASH式の食事スコアを計算した。
交絡因子を調整して結直腸癌の相対リスクを計算した。

結 果 : 女性の間で1432件そして男性で1032件の結直腸癌の発症を我々は記録した。
DASHスコアの最高と最低を比較すると(5段階)、結直腸癌全体の相対リスクは0.80であった(95%CI、0.70~0.91、P動向=0.0001)。
DASHスコアと結腸癌で対応する相対リスクは0.81であった(95%CI、0.69~0.95、P動向=0.002)。
DASHスコアの最高と最低を比較したとき(5段階)、直腸癌の相対リスク0.730(95%CI、0.55~0.98、P動向=0.31)の示唆があった。
地中海食事スコアとの関連は無いと認められた。

結 論 : DASH食事の順守(全粒穀物、果物、野菜の高い摂取;適度な量の低脂肪乳製品;低い量の赤身肉または加工肉、デザートおよび甘味飲料)は結直腸癌の低リスクと関連した。
